ੴ ਸਤਿਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ

ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ
(ਕੁੱਝ ਭੁਲੇਖੇ)

ਲੇਖਕ
ਸ. ਗੁਰਬਖਸ਼ ਸਿੰਘ (ਅਮਰੀਕਾ)

2000
ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਮਿਸ਼ਨ ਲੜੀ 492

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਮਿਸ਼ਨ
ਅਕਾਡਮੀ ਆਫ਼ ਸਿੱਖ ਰਿਲੀਜਨ ਐਂਡ ਕਲਚਰ
1-ਢਿੱਲੋਂ ਮਾਰਗ, ਪਟਿਆਲਾ।

ਭੇਟਾ 8/-

ਟ੍ਰੈਕਟ ਨੰ: 492 ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਤੇ
ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਛਾਪਿਆ ਗਿਆ ਹੈ

1. ਅਕਾਡਮੀ ਆਫ ਸਿੱਖ ਰਿਲੀਜਨ ਐਂਡ ਕਲਚਰ, ਪਟਿਆਲਾ
2. ਸ਼੍ਰੋਮਣੀ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਕਮੇਟੀ, ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ।
3. ਸ. ਨਰਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ, ਨਿਰਮਾਨ ਵਿਹਾਰ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ।
4. ਸ. ਗੁਰਚਰਨ ਸਿੰਘ ਜੌਲੀ, ਮਹੀਮ, ਮੁੰਬਈ।
5. ਸ. ਜੁਗਿੰਦਰ ਸਿੰਘ ਤੇ ਸਰਦਾਰਨੀ ਹਰਜੀਤ ਕੌਰ, ਬੂਟਾ ਸਿੰਘ ਵਾਲਾ, ਪਟਿਆਲਾ।
6. ਸ. ਸੁਰਿੰਦਰਪਾਲ ਸਿੰਘ ਸੋਨੀ ਤੇ ਸਰਦਾਰਨੀ ਕਿਰਨ ਕੌਰ, ਸੁਨਹਿਰੀ ਬਾਗ, ਰੋਹਨੀ, ਨਵੀਂ ਦਿੱਲੀ।

ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਬੇਨਤੀਆਂ

1. ਜੀਵਨ-ਪ੍ਰਯੰਤ ਮੈਂਬਰ ਬਣਕੇ ਇਹੋ ਜਹੇ ਟ੍ਰੈਕਟ ਸਦਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ ਨਿਸਚਿਤ ਕਰੋ।
2. ਇਹ ਜਾਂ ਹੋਰ ਅਜੇਹੇ ਟ੍ਰੈਕਟ ਗੁਰਪੁਰਬਾਂ ਸਮੇਂ ਗੁਰਮਤਿ ਪ੍ਰਚਾਰ ਲਈ ਅਤੇ ਸਕੂਲ-ਕਾਲਜਾਂ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇਨਾਮ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਵੰਡੋ।।

ਅਜੇਹੇ ਕਾਰਜਾਂ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਛੂਟ 33% ਤੱਕ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਚੰਦਿਆਂ ਦੀ ਦਰ

ਭਾਰਤ

ਵਾਰਸ਼ਿਕ	35-00
ਜੀਵਨ-ਪ੍ਰਯੰਤ	350-00

ਵਿਦੇਸ਼

ਜੀਵਨ ਪ੍ਰਯੰਤ	1200-00

ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ
(ਕੁੱਝ ਭੁਲੇਖੇ)

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਗੁਰਮੰਤ੍ਰ ਹੈ ਜਪ ਹਉਮੈ ਖੋਈ॥ (ਵਾਰ ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ 13/2)

1. ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ-ਮੁਖ ਕਰਮ

ਨਾਮ ਜਪਣ ਦੀ ਮਹੱਤਾ ਇਸ ਗੱਲ ਤੋਂ ਜਾਣੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਹਰ ਪੰਨੇ ਤੇ ਹੀ ਨਾਮ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਸ਼ਬਦ ਮਿਲਦੇ ਹਨ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਪਾਠ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸੁਨਣ ਵਾਲੇ ਹਰ ਜਗਿਆਸੂ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਇਸ ਲਈ ਨਾਮ ਜਪਣ ਦਾ ਉਤਸ਼ਾਹ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰਨਾ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਇਕ ਮੁਖ ਕਰਤਵ ਹੈ। ਇਹ ਹੁਕਮ ਸੋਦਰ ਰਹਿਰਾਸ ਦੇ ਅੰਤਲੇ ਸ਼ਬਦ ਤੋਂ ਪਰਗਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

* *ਅਵਰਿ ਕਾਜ ਤੇਰੈ ਕਿਤੈ ਨ ਕਾਮ॥ ਮਿਲੁ ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਭਜੁ ਕੇਵਲ ਨਾਮ॥* (ਪੰਨਾ 12)।

ਜਪੁ ਜੀ ਦੇ ਸਲੋਕ ਤੋਂ ਭੀ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨਾਮ ਜਪਣ ਨਾਲ ਹੀ ਜਨਮ ਸਫਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ-

* *ਜਿਨੀ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇਆ ਗਏ ਮਸਕਤਿ ਘਾਲਿ॥*
ਨਾਨਕ ਤੇ ਮੁਖ ਉਜਲੇ ਕੇਤੀ ਛੁਟੀ ਨਾਲਿ॥ (ਪੰਨਾ 8)

ਸਿੱਖ ਦੀ ਅਰਦਾਸ ਭੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਮ ਦੀ ਹੀ ਜਾਚਨਾ ਕਰਦੀ ਹੈ।....... ਪ੍ਰਿਥਮੇ ਸਰਬੱਤ ਖਾਲਸਾ ਜੀ ਕੋ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਚਿਤ ਆਵੇ......ਦਾਨਾ ਸਿਰ ਦਾਨ ਨਾਮ ਦਾਨ......ਜਿਨਾ ਮਿਲਿਆ ਤੇਰਾ ਨਾਮ ਚਿਤ ਆਵੇ.......॥

ਸਿੱਖ ਨੂੰ ਆਪਣਾ ਕਾਰ ਵਿਹਾਰ ਅਰੰਭ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਨਾਮ ਜਪਣ ਦਾ ਹੀ ਆਦੇਸ਼ ਹੈ।

* *ਗੁਰ ਸਤਿਗੁਰ ਕਾ ਜੋ ਸਿਖੁ ਅਖਾਏ॥ ਸੋ ਭਲਕੇ ਉਠਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਧਿਆਵੈ॥* (ਪੰਨਾ 305)

ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਨਾ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਸਖਤ ਤਾੜਨਾ ਭਰੇ ਸ਼ਬਦ ਭੀ ਵਰਤੇ ਗਏ ਹਨ।

* *ਦੁਲਭ ਦੇਹ ਪਾਈ ਵਡਭਾਗੀ॥ ਨਾਮ ਨਾ ਜਪਹਿ ਤੇ ਆਤਮ ਘਾਤੀ॥*
ਮਰਿ ਨਾ ਜਾਹੀ ਜਿਨਾ ਬਿਸਰਤ ਰਾਮ॥ਨਾਮ ਬਿਹੂਨ ਜੀਵਨ ਕਉਨ ਕਾਮ॥ (ਪੰਨਾ 387)

* *ਨਾਮ ਸੰਗਿ ਮਨਿ ਪ੍ਰੀਤਿ ਨਾ ਲਾਵੈ। ਕੋਟਿ ਕਰਮ ਕਰਤੋ ਨਰਕਿ ਜਾਵੈ॥* (ਪੰਨਾ 240)

ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਗੱਲ ਹਰ ਪ੍ਰਚਾਰਕ, ਗਿਆਨੀ ਤੇ ਸੰਤ ਪਾਸੋਂ ਸੁਣੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਕੁੱਝ ਸਿੱਖ ਤਾਂ ਪ੍ਰਚਾਰ ਹੀ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਤਾਂ ਇਹ ਭੀ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਸਿਖੀ ਹੈ ਹੀ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ।

2. ਗੁਰਮੰਤ੍ਰ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ

ਮੰਤ੍ਰ ਦਾ ਅਰਥ ਸਲਾਹ, ਮਸ਼ਵਰਾ, ਰਾਇ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਹੀ ਸ਼ਬਦ ਮੰਤ੍ਰੀ ਬਣਿਆ ਹੈ ਜਿਸਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਸਲਾਹ ਦੇਣ ਵਾਲਾ (ਆਪਣੇ ਰਾਜੇ ਨੂੰ) ਕਿ ਕਿਵੇਂ ਰਾਜ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਆਵੇ ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਨਜਿੱਠਣਾ ਹੈ।

ਗੁਰਮੰਤ੍ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ ਗੁਰੂ ਦੀ ਦਿੱਤੀ ਸਲਾਹ, ਗੁਰੂ ਦੀਖਿਆ, ਕਿ ਮਨੁੱਖਾ-ਜੀਵਨ ਕਿਵੇਂ ਸਫਲ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਮਨੁੱਖਾ-ਜੀਵਨ ਦੀਆਂ ਸਮਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸੁਲਝਾਉਣਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਨੂੰ ਨਾਮ ਕਹਿੰਦੇ ਸਨ, ਜਿਸਦਾ ਸਿਮਰਨ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਦੇਵੀ ਦੇਵਤੇ ਭੀ ਮੰਤ੍ ਜਾਪ ਤੇ ਤਪਸਿਆ ਨਾਲ ਰੀਝਾਏ ਜਾਂਦੇ ਸਨ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਤੋਂ ਮਨ ਇਛੇ ਫਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣ ਦੀਆਂ ਸਾਖੀਆਂ ਭੀ ਮਿਲਦੀਆਂ ਹਨ। ਰਾਵਣ, ਹਰਣਾਖਸ਼ ਆਦਿ ਨੇ ਜਾਪ ਕਰਕੇ ਸ਼ਿਵਜੀ ਪਾਸੋਂ ਆਪਣੇ ਕੁੱਝ ਖਾਸ ਢੰਗਾਂ ਨਾਲ ਨਾ ਮਾਰੇ ਜਾਣ ਬਾਰੇ ਵਰ ਲਏ ਹੋਏ ਸਨ।

ਤਾਂਤ੍ਰਕਾਂ ਨੇ ਮੰਤ੍ ਦਾ ਅਰਥ ਕੋਈ ਜਾਦੂ ਰਖਣ ਵਾਲਾ ਸ਼ਬਦ ਬਣਾ ਲਿਆ। ਜਿਸਦੇ ਖਾਸ ਵਿਧੀ ਨਾਲ, ਖਾਸ ਗਿਣਤੀ ਵਿਚ, ਖਾਸ ਸਮੇਂ ਅਤੇ ਦੱਸੇ ਆਸਣ ਤੇ ਬੈਠਕੇ ਸੁਰਤੀ ਲਾਕੇ ਜਾਪ ਕਰਨ ਨਾਲ ਕਾਰਜ ਸਿੱਧੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਜਾਂ ਕੋਈ ਵਾਪਰਣ ਵਾਲੀ ਮਾੜੀ ਘਟਨਾ ਰੋਕੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਸੀ।

ਯੋਗੀਆਂ ਦੀਆਂ ਜਾਪ ਕਰਕੇ ਰਿੱਧੀਆਂ ਸਿੱਧੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਪੁਰਾਣੀਆਂ ਕਥਾਵਾਂ ਭੀ ਬਹੁਤ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਹਾੜਾਂ ਦੀਆਂ ਕੰਦਰਾਂ ਵਿਚ, ਪਿੰਡਾਂ ਸ਼ਹਿਰਾਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਜੰਗਲਾਂ ਵਿਚ, ਸ਼ਾਂਤੀ ਵਾਲੇ ਵਾਤਾਵਰਨ ਵਿਚ, ਇਕਾਗਰ ਚਿੱਤ ਘੋਰ ਜਪ ਤਪ ਕਰਦੇ ਦਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਅਜੇਹੇ ਜਾਪ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਕਈ ਕਰਾਮਾਤਾਂ ਕਰ ਲੈਣ ਦੀਆਂ ਕਥਾਵਾਂ ਪੜ੍ਹੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਉਹ ਯੋਗ ਆਸਣ ਵਿਚ ਬੈਠਕੇ ਸਮਾਧੀ ਲਾ ਕੇ ਖਾਸ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਜਾਪ ਕਰਕੇ ਸੁੰਨ ਅਵਸਥਾ (ਮਨ ਇਕਾਗਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਸਭ ਫੁਰਨੇ ਵੀਚਾਰ ਮੁੱਕ ਜਾਂਦੇ ਹਨ) ਵਿਚ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੇ ਜਿਥੇ ਮਨ ਟਿਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਯੋਗੀ ਸਿੱਧ-ਲੋਕ ਵਿਚ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਵਿਚ ਸਵਾਸ ਰੋਕਣ ਦੀ ਭੀ ਸਿੱਧੀ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਭਾਈ ਕਾਹਨ ਸਿੰਘ ਨਾਭਾ, ਗੁਰਮਤ ਸਿੱਧਾਂਤ ਅਨੁਸਾਰ ਸਿਮਰਨ ਕਰਨ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਬਾਰੇ ਦਸਦੇ ਲਿਖਦੇ ਹਨ (ਗੁਰਮਤ ਮਾਰਤੰਡ ਪੰਨਾ 789) ਕਿ

ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਅਜੇਹੇ ਮੰਤ੍ ਨਸ਼ੇਦ ਹਨ। ਅਫਸੋਸ ਹੈ ਕਿ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨੂੰ ਨਿੱਤ ਪੜ੍ਹਨ ਵਾਲੇ ਸਿੱਖ ਭੀ ਪ੍ਰਚਾਰ ਰਾਹੀਂ ਜਾਂ ਸ਼ਰਧਾ ਪੂਰਕ ਪੁਸਤਕਾਂ ਰਚਕੇ ਮੰਤ੍ ਜਾਪ ਦੇ ਫਲ ਦਸਕੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਗੁਮਰਾਹ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਸ਼ਾਸ਼ਤਰਾਂ ਵਿਚ ਅਨੰਤ ਮੰਤ੍ ਵਰਨਣ ਕੀਤੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜਾਪ ਨਾਲ ਅਨੇਕ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੁੰਦੀ ਦੱਸੀ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਇਹਨਾਂ ਜਾਪ ਤਾਪ ਅਤੇ ਸਮਾਧੀਆਂ ਦੇ ਰਾਹ ਤੋਂ ਗੁਰਸਿੱਖਾਂ ਨੂੰ ਵਰਜਦੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮੰਤ੍ ਜਾਪ ਨੂੰ ਪ੍ਰਵਾਣ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ। ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਕੀਰਤ ਹੀ ਉੱਤਮ ਕਰਮ ਦਸਿਆ ਹੈ। ਸਚਾ ਮੰਤ੍ ਜੋ ਸਭ ਤੋਂ ਵਡੇ ਰੋਗ, ਅਹੰਕਾਰ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੈ, ਉਹ ਹੈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵੀਚਾਰ:

* *ਬਾਣੀ ਮੰਤ੍ ਮਹਾਪੁਰਖਨ ਕੀ ਮਨਹਿ ਉਤਾਰਨ ਮਾਨ ਕਉ॥* (ਪੰਨਾ 1208)

ਯੋਗੀਆਂ ਵਾਂਗ ਖਾਸ ਆਸਣ ਲਾ ਕੇ ਤਪੱਸਿਆ ਤੇ ਜਾਪ ਕਰਨ ਦੀ ਥਾਂ, ਗੁਰੂ ਜੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਕੀਰਤਨ ਰਾਹੀਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਗੁਣ ਗਾਉਣ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਦਿੰਦੇ ਹਨ:

* *ਜੋਗ ਸਿਧ ਆਸਣ ਚਉਰਾਸੀਹ ਏ ਭੀ ਕਰਿ ਕਰਿ ਰਹਿਆ॥*
ਵਡੀ ਆਰਜਾ ਫਿਰਿ ਫਿਰਿ ਜਨਮੈ ਹਰਿ ਸਿਉ ਸੰਗੁ ਨ ਗਹਿਆ॥

ਹਰਿ ਕੀਰਤਿ ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਹੈ ਸਿਰਿ ਕਰਮਨ ਕੈ ਕਰਮਾ॥.........

ਭਇਓ ਕ੍ਰਿਪਾਲੁ ਦੀਨ ਦੁਖ ਭੰਜਨੁ ਹਰਿ ਹਰਿ ਕੀਰਤਨਿ ਇਹੁ ਮਨੁ ਰਾਤਾ॥ ਰਹਾਉ ਦੂਜਾ॥

(ਪੰਨਾ 642)

ਸਮਾਧੀ ਲਾਕੇ ਮੰਤ੍ਰ (ਨਾਮ) ਜਾਪ ਗੁਰਮਤਿ ਸਿਮਰਨ ਨਹੀਂ, ਸਗੋਂ ਚਿੱਤ ਲਾਕੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਕੀਰਤਨ (ਕਰਤਾਰ ਦੀ ਉਸਤਤ ਗਾਉਣੀ ਤੇ ਸੁਣਨੀ) ਸਿਮਰਨ ਕਰਨਾ ਹੀ ਹੈ।

3. ਨਾਮ ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ

ਨਾਮ ਸ਼ਬਦ ਇਕ ਸੰਗਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਵਸਤੂ, ਜੀਵ ਪੁਰਸ਼ ਆਦਿ ਦਾ ਗਿਆਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਨਾਮ ਲੈਣ ਨਾਲ ਉਸ ਵਸਤੂ ਜੀਵ ਆਦਿ ਦੀ ਵੀਚਾਰ ਮਨ ਵਿਚ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਾਣੀ ਨੂੰ ਉਸ ਵਸਤੂ ਦਾ ਗਿਆਨ ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਉਸ ਵਸਤੂ ਦੇ ਗੁਣ ਔਗੁਣ ਦੱਸ ਕੇ ਉਸ ਬਾਰੇ ਸਮਝਾਉਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਸੀਚਾਨਾ-ਇਕ ਸ਼ਿਕਾਰੀ ਪੰਛੀ ਹੈ ਜੋ ਬਾਜ ਤੋਂ ਛੋਟਾ ਤੇ ਸ਼ਿਕਰੇ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਉਸ ਦਾ ਸਿਰ ਲਾਲ ਰੰਗ ਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਜਿਸਨੇ ਸੀਚਾਨਾ ਨਹੀਂ ਵੇਖਿਆ ਉਸਨੂੰ ਉਪਰ ਦੱਸੀ ਵਿਆਖਿਆ ਤੋਂ ਉਸ ਪੰਛੀ ਬਾਰੇ ਬਹੁਤ ਕੁੱਝ ਪਤਾ ਲਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ ਸਭ ਕੁੱਝ ਦਸਿਆ ਜਾ ਸਮਝਾਇਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਉਸ ਬਾਰੇ ਕੁੱਝ ਗੱਲਾਂ ਸੁਣਕੇ ਉਸ ਪੰਛੀ ਦੀ ਪਹਿਚਾਨ ਕਰਨ ਵਿਚ ਫੇਰ ਭੀ ਭੁਲੇਖਾ ਲਗ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸੀਚਾਨੇ ਬਾਰੇ ਪੂਰਾ ਗਿਆਨ ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਵੇਖਕੇ ਤੇ ਜਾਣਕੇ ਹੀ ਆ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਉਹ ਤਾਂ ਅੱਗਮ ਅਗੋਚਰ ਅਲੱਖ ਅਪਾਰਾ ਹੈ। ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਅਤੇ ਵੇਖਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੁਆਰਾ ਉਸ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਦੇ ਦੇ ਕੇ ਸਾਨੂੰ ਉਸ ਬਾਰੇ ਸਮਝਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਗੁਰਬਾਣੀ ਪੜ੍ਹ, ਸੁਣ, ਗਾ ਕੇ ਅਤੇ ਵੀਚਾਰ ਕਰਕੇ ਹੀ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦਾ ਯਤਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸੇ ਵਿਚ ਹੀ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਬਰਾਬਰ ਦਾ ਦੂਜਾ ਕੋਈ ਹੈ ਹੀ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਲਈ ਉਸ ਬਾਰੇ ਸੰਕੇਤ ਕੇਵਲ "ਨਾਮ" ਕਹਿ ਕੇ ਹੀ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਸਭ ਕੁੱਝ ਹੀ ਆਪ ਹੈ। ਦੋਨੋ ਸਰੂਪ ਨਿਰਗੁਣ ਅਤੇ ਸਰਗੁਣ ਕੇਵਲ ਉਸੇ ਦੇ ਹੀ ਹਨ।

* *ਨਿਰਗੁਨੁ ਆਪਿ ਸਰਗੁਨੁ ਭੀ ਉਹੀ॥ ਕਲਾਧਾਰਿ ਜਿਨਿ ਸਗਲੀ ਮੋਹੀ॥* (ਪੰਨਾ 287)

ਇਸ ਕਰਕੇ ਕੇਵਲ "ਨਾਮ" ਸ਼ਬਦ ਹੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਲਈ ਵਰਤ ਲਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹ ਗਲ ਇਕ ਉਦਾਹਰਣ ਦੇ ਕੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੱਸੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਰਸਾ (ਹਰਿਆਣਾ) ਫਾਰਮ ਦੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਵਿਚ ਕੇਵਲ ਲੇਖਕ ਹੀ ਸਰਦਾਰ ਸੀ। ਸਾਰੇ ਮੈਨੂੰ "ਸਰਦਾਰ ਜੀ" ਕਹਿੰਦੇ ਸਨ, ਮੇਰਾ ਨਾਮ ਨਹੀਂ ਸੀ ਲੈਂਦੇ। ਕਈਆਂ ਨੇ ਮੇਰੇ ਨਾਮ ਦਾ ਪਤਾ ਭੀ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਲੋੜ ਭੀ ਕੀ ਸੀ ਜਦੋਂ ਸਰਦਾਰ ਜੀ ਕਹਿਣ ਨਾਲ ਸਭ ਕਰਮਚਾਰੀ ਸਮਝ ਜਾਂਦੇ ਸਨ ਕਿ ਕਿਸ ਪੁਰਸ਼ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਇਕ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਉਸਨੂੰ ਕੇਵਲ 'ਨਾਮ' ਨਾਲ ਭੀ ਯਾਦ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਜਾਂ ਨਾਮ ਜਾਪ ਕੋਈ ਅਜੇਹੀ ਔਖ ਭਰਪੂਰ ਵਿਧੀ ਜਾਂ ਕਿਰਿਆ ਨਹੀਂ ਜਿਸਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿਚ ਕੋਈ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਵੇ, ਇਹ ਤਾਂ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਨਾਲ

ਯਾਦ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਪੁਰਾਤਨ ਸਾਧੂਆਂ ਤੇ ਯੋਗੀਆਂ ਨੇ ਨਾਮ ਨੂੰ ਗੁਪਤ ਸ਼ਬਦ ਮੰਨਣ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਜਾਪ ਕਰਨ ਦੀਆਂ ਐਵੇਂ ਵਿਧੀਆਂ ਮਿੱਥ ਲਈਆਂ ਸਨ। ਉਹ ਵਿਧੀਆਂ ਹੀ ਸਾਨੂੰ ਭੁਲੇਖੇ ਪਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ।

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਸੱਚੇ ਦਿੱਲੋਂ ਯਾਦ ਕਰਨਾ ਹੀ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਹੈ, ਕੇਵਲ ਕਿਸੇ ਇਕ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਰਟਣਾ ਜਾਂ ਜਾਪ ਕਰਨਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਨਹੀਂ। ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਉਸਦਾ ਕੋਈ ਭੀ ਨਾਮ ਲਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਸ ਵਲੋਂ ਕੀਤੀਆਂ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ਾਂ ਨੂੰ ਮੁਖ ਰਖਕੇ ਜਾਂ ਉਸਦੀ ਵਡਿਆਈ ਚਿਤਾਰਨ ਲਈ ਉਸ ਦੇ ਭਗਤਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਮੀਆਂ ਨੇ ਬੇਅੰਤ ਸ਼ਬਦਾਂ ਰਾਹੀਂ ਉਸਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਨ ਦੇ ਯਤਨ ਕੀਤੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਰਾਮ, ਅਲਾਹ, ਕ੍ਰਿਸ਼ਨ, ਗੋਪਾਲ, ਗੁਰੂ, ਕਰਤਾਪੁਰਖ, ਸਿਰਜਨਹਾਰ, ਪਾਲਣਹਾਰ, ਸੰਘਾਰਨਹਾਰ ਆਦਿ। ਭਾਵ ਨਾਮ ਜਪਣਾ ਅਗਮ ਅਗੋਚਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਨਾਮ ਅਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਅਭੇਦ ਹਨ। ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਅਰਥਾਂ ਵਿਚ ਵਾਹਿਗੁਰੂ, ਪ੍ਰਭ, ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ, ਕਰਤਾਰ ਆਦਿ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਉਹਨਾਂ ਹੀ ਅਰਥਾਂ ਵਿਚ ਨਾਮ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਭੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਂਗ ਉਸਦਾ ਨਾਮ ਭੀ ਅਗੱਮ ਅਗੋਚਰ ਅਲਖ ਹੈ।

* *ਨਾਮੁ ਨਿਰੰਜਨੁ ਅਗਮੁ ਅਗੋਚਰੁ ਸਤਿਗੁਰਿ ਦੀਆ ਬੁਝਾਏ॥* (ਪੰਨਾ 585)
* *ਨਾਮ ਕੇ ਧਾਰੇ ਸਗਲੇ ਜੰਤ॥ ਨਾਮ ਕੇ ਧਾਰੇ ਖੰਡ ਬ੍ਰਹਮੰਡ॥* (ਪੰਨਾ 284)
* *ਹਿੰਦੂ ਮੂਰਤਿ ਨਾਮ ਨਿਵਾਸੀ ਦੁਹ ਮਹਿ ਤਤੁ ਨ ਹੇਰਾ॥* (ਪੰਨਾ 1349)

ਹਿੰਦੂ ਮੰਨਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨਾਮ (ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ) ਮੂਰਤੀ ਵਿਚ ਵਸਦਾ ਹੈ ।

4. ਨਾਮ ਦੇ ਹੋਰ ਰੂਪ

ਨਾਮ ਸ਼ਬਦ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਹੋਰ ਰੂਪਾਂ, ਗੁਣਾਂ ਲਈ ਭੀ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ ਹੈ।

* *ਜੇਤਾ ਕੀਤਾ ਤੇਤਾ ਨਾਉ॥ ਵਿਣੁ ਨਾਵੈ ਨਾਹੀ ਕੋ ਥਾਉ॥* (ਪੰਨਾ4)

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੇ ਜੋ ਕੁੱਝ ਭੀ ਰਚਿਆ ਹੈ, ਉਹ ਆਪਣਾ ਆਪ (ਨਾਉ) ਹੀ ਪਰਗਟ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਉਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਕੋਈ ਹੋਰ ਥਾਉ ਨਹੀਂ ਹੈ।

* *ਗੁਰ ਕਾ ਸਬਦੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਹੈ ਬਾਣੀ॥ ਅਨਦਿਨੁ ਹਰਿ ਕਾ ਨਾਮੁ ਵਖਾਣੀ॥* (ਪੰਨਾ 1057)

ਸਮਗਰ ਬਾਣੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਮ (ਅੰਮ੍ਰਿਤ) ਹੀ ਹੈ ਜਿਹੜਾ "ਛਕਦਾ" ਹੈ ਉਸ ਦਾ ਉਧਾਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। **ਨਾਮ ਤੋਂ ਭਾਵ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਬਾਣੀ** (ਗੁਰਬਾਣੀ) **ਹੈ। ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਭਾਵ ਗੁਰਮਤਿ ਸਿੱਧਾਂਤ ਅਨੁਸਾਰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਗਾਉਣਾ, ਪੜ੍ਹਨਾ, ਵੀਚਾਰਨਾ ਅਤੇ ਉਸ ਅਨੁਸਾਰ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਢਾਲਣਾ ਹੈ।** ਇਸ ਦੀ ਹੋਰ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲੇ, ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਆਏ ਕੁੱਝ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਵੀਚਾਰ ਕਰਕੇ ਗੁਰਮਤਿ ਸਿੱਧਾਂਤ ਸਮਝਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

5. ਗੁਰਮਤਿ ਸਿਮਰਨ

(ੳ) ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਣ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਸਿਮਰਨ ਕਰਨ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਦੇਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕੁੱਝ ਤੁੱਕਾਂ ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਹਨ।

* *ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ ਆਰਾਧਹੁ ਪਿਆਰੋ ਨਿਮਖ ਨ ਕੀਜੈ ਢੀਲਾ॥* (ਪੰਨਾ 498)
* *ਸੋ ਵਡਭਾਗੀ ਜਿਸੁ ਨਾਮਿ ਪਿਆਰੁ॥* (ਪੰਨਾ 1150)

* *ਗੁਣ ਗੋਪਾਲ ਗਾਵਹੁ ਨਿਤ ਸਖੀਹੋ॥*(ਪੰਨਾ 782)
* *ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲਾ ਸਚੁ ਨਾਉ ਵਡਿਆਈ ਵੀਚਾਰੁ॥*(ਪੰਨਾ 2)
* *ਉਸਤਤਿ ਮਨ ਮਹਿ ਕਰਿ ਨਿਰੰਕਾਰ॥*(ਪੰਨਾ 281)
* *ਸੇਵੀ ਸਤਿਗੁਰੁ ਆਪਣਾ ਹਰਿ ਸਿਮਰੀ ਦਿਨ ਸਭਿ ਰੈਣ॥*
  ਆਪੁ ਤਿਆਗਿ ਸਰਣੀ ਪਵਾਂ ਮੁਖਿ ਬੋਲੀ ਮਿਠੜੇ ਵੈਣ॥(ਪੰਨਾ 136)
* *ਕਬੀਰ ਕੇਸੋ ਕੇਸੋ ਕੂਕੀਐ ਨ ਸੋਈਐ ਅਸਾਰ॥*
  ਰਾਤਿ ਦਿਵਸ ਕੇ ਕੂਕਨੇ ਕਬਹੂ ਕੇ ਸੁਨੈ ਪੁਕਾਰ॥(ਪੰਨਾ 1376)
* *ਆਵਹੁ ਭੈਣੇ ਗਲਿ ਮਿਲਹ ਅੰਕਿ ਸਹੇਲੜੀਆਹ॥*
  ਮਿਲਿ ਕੈ ਕਰਹ ਕਹਾਣੀਆ ਸੰਮ੍ਰਥ ਕੰਤ ਕੀਆਹ॥(ਪੰਨਾ 17)

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਗੁਰਮਤਿ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਲਈ ਕੇਵਲ "ਜਪ" ਸ਼ਬਦ ਹੀ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਸ਼ਬਦ ਆਏ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਭਜਹੁ, ਪਿਆਰ ਕਰੋ, ਗੁਣ ਗਾਵਹੁ, ਵਡਿਆਈ ਵੀਚਾਰੁ, ਸੇਵੀ, ਸਰਣੀ ਪਵਾਂ, ਸਿਮਰੀ, ਕੂਕੀਐ, ਮਿਠੇ ਬੋਲ ਬੋਲਣਾ, ਉਸਤਤਿ ਕਰੋ, ਕਹਾਣੀਆਂ ਕਹਿਣਾ ਆਦਿ। ਜਪ ਅਤੇ ਸਿਮਰਨ ਦੇ ਅਰਥ ਸਾਨੂੰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਾਰੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਰੌਸ਼ਨੀ ਵਿਚ ਹੀ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਜਾਪ ਜਾਂ ਸਿਮਰਨ ਦੇ ਅਰਥ ਕੇਵਲ ਕਿਸੇ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਰਟੀ ਜਾਣਾ ਨਹੀਂ। ਇਸ ਦਾ ਅਰਥ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਸਾਹਮਣੇ ਰੱਖ ਕੇ ਵੇਖੀਏ ਤਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ ਚਿਤ ਵਿਚ ਯਾਦ ਕਰਨਾ ਹੈ ਅਤੇ ਗੁਣ ਗਾ ਕੇ ਉਸ ਨਾਲ ਮਨ ਜੋੜਨਾ ਹੈ।

(ਅ) ਨਾਮ ਕਿਹੜਾ ਜਪਣਾ ਹੈ ਉਸ ਬਾਰੇ ਭੀ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੀ ਲਿਸਟ ਬਹੁਤ ਲੰਬੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਪੁਰਖ ਨਿਰੰਜਨ, ਗੋਬਿੰਦ, ਗੋਪਾਲ, ਸਚ ਨਾਉ, ਸਤਿਗੁਰ, ਕੇਸੋ, ਨਿਰੰਕਾਰ ਅਤੇ ਸਮਰਥ ਕੰਤ। ਹੋਰ ਸ਼ਬਦ, ਜਿਨਾਂ ਦਾ ਵਰਣਨ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਹੈ, ਭੀ ਬਹੁਤ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਅਲਹ ਰਾਮ, ਕਰਤਾਰ, ਹਰੀ, ਭਗਵਾਨ, ਪ੍ਰਭੂ ਆਦਿ।

ਸਮਗਰ ਬਾਣੀ ਨੂੰ ਵੀਚਾਰਨ ਨਾਲ ਇਹ ਤੱਤ ਸਾਹਮਣੇ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸਾਰੇ ਕਰਮ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਰਾਹੀਂ ਜਗਿਆਸੂ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਰਚਨਹਾਰ ਕਰਤਾਰ ਨਾਲ ਜੋੜਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਉਚਾਰਨ ਨਾਲ ਉਸ ਸਰਬ ਸਮਰੱਥ ਕੰਤ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਯਾਦ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਵਸਦੀ ਹੈ (ਗੁਰਬਾਣੀ ਕੀਰਤਨ, ਪਾਠ ਕਥਾ, ਵੀਚਾਰ) ਸਾਰੇ ਨਾਮ ਜਪਣ ਵਿਚ ਹੀ ਆਉਂਦੇ ਹਨ।

* ਰਾਜ ਲੀਲਾ ਤੇਰੈ ਨਾਮਿ ਬਨਾਈ॥ ਜੋਗੁ ਬਨਿਆ ਤੇਰਾ ਕੀਰਤਨ ਗਾਈ॥ (ਪੰਨਾ 385)। ਰਸਨਾ ਨਾਲ ਗੁਰਬਾਣੀ ਪੜਨਾ, ਗਾਉਣਾ, ਕੰਨਾ ਨਾਲ ਧਿਆਨ ਲਾ ਕੇ ਸੁਨਣਾ, ਮਨ ਨਾਲ ਵੀਚਾਰਨਾ ਤੇ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਪਿਆਰ ਨੂੰ ਮਨ ਵਿਚ ਵਸਾਉਣਾ ਨਾਮ ਜਪਣਾ ਹੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਨਿਰਾ ਪੜ੍ਹਦੇ ਸੁਣਦੇ ਹੀ ਹਾਂ ਜਾਂ ਗਾਉਂਦੇ ਹੀ ਹਾਂ ਤੇ ਵੀਚਾਰ ਕੇ ਮਨ ਵਿਚ ਵਸਾਉਂਦੇ ਨਹੀਂ, ਭਾਵ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕ੍ਰੋਧ, ਲੋਭ ਦਾ ਤਿਆਗ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਤਾਂ ਇਸ ਦਾ ਭੀ ਪੂਰਨ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ। ਇਹ ਸੱਭ ਕੁੱਝ ਭੀ ਜੋਗੀਆਂ ਦੇ ਜਾਪ ਵਾਂਗ ਕਰਮ ਕਾਂਡ ਬਣ ਕੇ ਰਹਿ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਪਾਠੁ ਪੜਿਓ ਅਰੁ ਬੇਦੁ ਬੀਚਾਰਿਓ ਨਿਵਲਿ ਭੁਅੰਗਮ ਸਾਧੇ॥ ਪੰਚ ਜਨਾ ਸਿਉ ਸੰਗੁ ਨ ਛੁਟਕਿਓ ਅਧਿਕ ਅਹੰਬੁਧਿ ਬਾਧੇ॥ ਪਿਆਰੇ ਇਨ ਬਿਧਿ ਮਿਲਣੁ ਨਾ ਜਾਈ ਮੈ ਕੀਏ ਕਰਮ ਅਨੇਕਾ॥ ਹਾਰਿ

ਪਰਿਓ ਸੁਆਮੀ ਕੈ ਦੁਆਰੈ ਦੀਜੈ ਬੁਧਿ ਬਿਬੇਕਾ॥ (ਪੰਨਾ 641)

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਲਈ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਯਾਦ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਵਸ ਜਾਣ ਨਾਲ ਵਿਕਾਰ (ਹਉਮੈ, ਕ੍ਰੋਧ, ਨਿੰਦਾ) ਘਟਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਮਨ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਵਧਾਉਂਦਾ ਹੈ ਤਿਉਂ ਤਿਉਂ ਵਿਕਾਰਾਂ ਦਾ ਜ਼ੋਰ ਘਟਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

* *ਭਰੀਐ ਮਤਿ ਪਾਪਾ ਕੈ ਸੰਗਿ॥ ਓਹ ਧੋਪੈ ਨਾਵੈ ਕੈ ਰੰਗਿ॥* (ਪੰਨਾ 12)

ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਪ੍ਰੇਮ ਕਰਨਾ ਮਤਿ ਦੇ ਮਾੜੇ ਵੀਚਾਰ ਧੋ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਨਾਉ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਪਾਉਣ ਕਰਕੇ ਵਿਕਾਰ ਆਪੇ ਹੀ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਉਥੇ ਥਾਂਉ ਹੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ।

* *ਹਉਮੈ ਨਾਵੈ ਨਾਲਿ ਵਿਰੋਧੁ ਹੈ, ਦੁਇ ਨ ਵਸਹਿ ਇਕ ਠਾਇ॥* (ਪੰਨਾ 560)

ਗੁਰਮਤਿ ਸਿੱਧਾਂਤ ਅਨੁਸਾਰ ਜਗਿਆਸੂ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਕਿਸੇ ਨਾਮ ਜਾਂ ਗੁਪਤ ਮੰਤ੍ਰ ਦਾ ਜਾਪ ਕਰਕੇ ਆਤਮਕ ਚਾਨਣ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਥੂਲ ਹਸਤੀ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨਾ ਨਹੀਂ। ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਸਭ ਫੁਰਨੇ ਮਾਰਕੇ ਮਨ ਨੂੰ ਸੁੰਨ ਜਾਂ ਅਫੁਰ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਟਿਕਾਉਣਾ ਗੁਰਮਤਿ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਮਨੋਰਥ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਬਹੁਤ ਵੇਰੀ ਪਰਚਾਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਸਿੱਧਾਂਤ ਦੇ ਉਲਟ ਗੁਰਮਤਿ ਦੀ ਸਿਖਿਆ ਸਾਨੂੰ ਕਰਮਸ਼ੀਲ ਬਣਾਉਂਦੀ ਹੈ। ਸਿੱਖ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਕਾਮ, ਕ੍ਰੋਧ ਆਦਿ ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਮਨ ਨੂੰ ਮੋੜਨਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਜੋੜਨਾ ਹੈ। ਉਸ ਕਰਤਾਰ ਦਾ ਪਿਆਰ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਇਤਨਾ ਡੂੰਘਾ ਵਸ ਜਾਵੇ ਕਿ ਮਨ ਦਾ ਸੁਭਾਉ ਹੀ ਬਦਲ ਜਾਵੇ। ਮਨੁੱਖ ਸਹਜਿ ਸੁਭਾ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਹੁਕਮ ਅਨੁਸਾਰ ਗੁਰਮਤਿ ਗਾਡੀ ਰਾਹ ਤੇ ਚਲਦਾ ਰਹੇ, ਅਤੇ ਵਿਕਾਰ ਉਸ ਰਾਹ ਤੋਂ ਉਸ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਡੁਲਾ ਨ ਸਕਣ।

(ੲ) **ਬੱਚੇ ਵਾਂਗ ਪਿਆਰ:** ਬੱਚੇ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਲਈ ਡੂੰਘਾ ਪਿਆਰ ਸਤਿਕਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਉਹ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਦੇ ਹੁਕਮ ਅਨੁਸਾਰ ਚਲਦਾ ਹੈ। ਪ੍ਰੇਮ ਦੇ ਕਾਰਨ ਪਿਆਰ ਕਰਨਾ ਉਸਦਾ ਸੁਭਾਉ ਹੀ ਬਣਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਵੱਡਾ ਹੋਣ ਨਾਲ ਹੋਰ ਗੱਲਾਂ ਤੇ ਵੀਚਾਰ ਉਸ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਥਾਂ ਲੈਂਦੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਪੈਂਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਮਾਂ ਬਾਪ ਦਾ ਪਿਆਰ ਘਟਦਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਰਕੇ ਬੱਚਾ ਵੱਡਾ ਹੋਣ ਪਿਛੋਂ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਦਾ ਆਗਿਆਕਾਰੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ। ਇਵੇਂ ਮਨੁੱਖ ਭੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ, ਸੱਚੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ, ਦਾ ਪਿਆਰ ਤਿਆਗ ਕੇ ਹੋਰ ਚਸਕਿਆ ਵਿਚ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਇਸ ਨੂੰ ਉਦਾਹਰਣ ਦੇ ਕੇ ਸਮਝਾਂਦੀ ਹੈ।

* *ਪਹਿਲੈ ਪਿਆਰਿ ਲਗਾ ਥਣ ਦੁਧਿ॥ ਦੂਜੈ ਮਾਇ ਬਾਪ ਕੀ ਸੁਧਿ॥....ਅਠਵੈ ਕ੍ਰੋਧੁ ਹੋਆ ਤਨ ਨਾਸੁ॥ ਨਾਵੈ ਧਉਲੇ ਉਭੇ ਸਾਹ ॥ ਦਸਵੈ ਦਧਾ ਹੋਆ ਸੁਆਹ॥* (ਪੰਨਾ 137)।

ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਪ੍ਰੀਤ ਛਡਕੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਨੁੱਖ ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਵਿਚ ਫਸਕੇ, ਕ੍ਰੋਧ ਆਦਿ ਵੈਰੀਆਂ ਦੇ ਵਸ ਪੈ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਗੁਆ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਸਾਡਾ ਸੱਚਾ ਆਤਮਕ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਭੈਣ ਭਾਈ ਸਭ ਦੀ ਥਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਹੀ ਹੈ।

* *ਤੂੰ ਮੇਰਾ ਪਿਤਾ ਤੂੰਹੈ ਮੇਰਾ ਮਾਤਾ॥ ਤੂੰ ਮੇਰਾ ਬੰਧਪੁ ਤੂੰ ਮੇਰਾ ਭ੍ਰਾਤਾ॥*
ਤੂੰ ਮੇਰਾ ਰਾਖਾ ਸਭਨੀ ਥਾਈ ਤਾ ਭਉ ਕੇਹਾ ਕਾੜਾ ਜੀਉ॥ (ਪੰਨਾ 103)

ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਇਸ ਸਚੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਨਾਲ ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਪਿਆਰ ਬਣਾਈ ਰਖੀਏ

ਤੇ ਮਨ ਵਿਚ ਹੋਰ ਕਿਸੇ ਦਾ ਪਿਆਰ (ਮਾਇਆ, ਹੰਕਾਰ ਨਿੰਦਾ ਆਦਿ ਦਾ) ਨ ਕਰੀਏ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਸਦੀਵੀਂ ਆਨੰਦ ਮਾਣ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਪਿਆਰ ਭੀ ਬੱਚੇ ਵਾਂਗ ਭੋਲੇ ਭਾਇ ਵਾਲਾ ਹੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਮੋਹ ਮਾਇਆ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦਾ ਢੰਗ ਗੁਰਬਾਣੀ ਕੀਰਤਨ, ਪਾਠ ਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵੀਚਾਰ ਹੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਾਨੂੰ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਜੋੜੀ ਰਖਦੇ ਹਨ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਇਹ ਸਭ ਕਰਮ ਨਾਮ ਜਪਣਾ ਹੀ ਹਨ।

6. ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਬਾਰੇ ਹੁਕਮ

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਆਈਆਂ ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਕੁਝ ਪੰਕਤੀਆ ਗੁਰਮਤਿ ਸਿਮਰਨ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ:

(ੳ) **ਕੀਰਤਨ ਕਰਨਾ** (ਗੁਣ ਗਾਉਣਾ) **ਸਿਫਤਾਂ ਕਰਨਾ ਵੀ ਨਾਮ ਜਪਣਾ ਹੈ**, ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਖਾਸ ਤੁਕਾਂ ਇਹ ਹਨ:

੧. ਹਰਿ ਦਿਨੁ ਰੈਣਿ ਕੀਰਤਨੁ ਗਾਈਐ॥ ਬਹੁੜਿ ਨ ਜੋਨੀ ਪਾਈਐ॥ (ਪੰਨਾ 623)

੨. ਸਦਾ ਅਨੰਦਿ ਰਹਹਿ ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ ਗੁਣ ਕਹਿ ਗੁਣੀ ਸਮਾਵਣਿਆ॥ (ਪੰਨਾ 122)

੩. ਕੀਰਤੁਨ ਨਾਮੁ ਸਿਮਤ ਰਹਉ ਜਬ ਲਗੁ ਘਟਿ ਸਾਸੁ॥ (ਪੰਨਾ 818)

ਇਹ ਗੱਲ ਸਪੱਸ਼ਟ ਹੈ ਕਿ ਕੀਰਤਨ ਕਰਨਾ, ਸੁਨਣਾ ਅਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਦੱਸੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਮਨ ਜੋੜਨ ਵਾਲਾ ਮਨੁੱਖ ਜੂਨਾਂ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ ਅਤੇ ਗੁਣੀ (ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ) ਵਿਚ ਸਮਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

(ਅ) ਹਉਮੈ ਮਾਰਨ ਵਾਲੇ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਹੀ ਨਾਮ ਵਸ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਹਉਮੈ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਗਾਉਣ ਅਤੇ ਉਸ ਦਾ ਹੁਕਮ ਮੰਨਣ ਨਾਲ ਹੀ ਮਨ ਵਿਚੋਂ ਦੂਰ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

* ਹਉਮੈ ਨਾਵੈ ਨਾਲ ਵਿਰੋਧ ਹੈ ਦੋਇ ਨ ਵਸਹਿ ਇਕ ਠਾਇ॥........ਨਾਨਕ ਸਤਿਗੁਰ ਮਿਲਿਐ ਹਉਮੈ ਗਈ ਤਾ ਸਚੁ ਵਸਿਆ ਮਨਿ ਆਇ॥ (ਪੰਨਾ 560)
* ਧਨ ਪਿਰ ਕਾ ਇਕ ਹੀ ਸੰਗਿ ਵਾਸਾ ਵਿਚਿ ਹਉਮੈ ਭੀਤਿ ਕਰਾਰੀ॥ ਗੁਰਿ ਪੂਰੈ ਹਉਮੈ ਭੀਤਿ ਤੋਰੀ ਜਨ ਨਾਨਕ ਮਿਲੇ ਬਨਵਾਰੀ॥ (ਪੰਨਾ 1263)।
* ਮਾਨ ਮੋਹ ਦੋਨੋ ਕਉ ਪਰਹਰਿ ਗੋਬਿੰਦ ਕੇ ਗੁਨ ਗਾਵੈ। ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਇਹ ਬਿਧਿ ਕੋ ਪ੍ਰਾਨੀ ਜੀਵਨ ਮੁਕਤਿ ਕਹਾਵੈ॥ (ਪੰਨਾ 831)।

(ੲ) ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਗੁਣਾਂ (ਉਸ ਦੇ ਨਾਮ) ਦੀ ਵੀਚਾਰ ਕਰਨ ਦੇ ਤੁਲ ਕੋਈ ਜਪ ਤਪ ਜੋਗ ਅਭਿਆਸ, ਕਰਮ ਧਰਮ, ਕਿਰਿਆ ਨਹੀਂ ਅਪੱੜਦੇ।

* ਜਾਪ ਤਾਪ ਗਿਆਨ ਸਭਿ ਧਿਆਨ॥.......ਜੋਗ ਅਭਿਆਸ, ਕਰਮ ਧ੍ਰਮ ਕਿਰਿਆ॥.....ਵਰਤ ਨੇਮ ਕਰੈ ਬਹੁ ਭਾਂਤੀ॥.....ਨਹੀਂ ਤੁਲਿ ਰਾਮ ਨਾਮੁ ਬੀਚਾਰ॥ ਨਾਨਕ ਗੁਰਮੁਖਿ ਨਾਮੁ ਜਪੀਐ ਇਕ ਬਾਰ॥ (ਪੰਨਾ 265)।
* ਸਾਧ ਸੰਗਿ ਮਿਲਿ ਕਰਹੁ ਅਨੰਦ॥ ਗੁਨ ਗਾਵਹੁ ਪ੍ਰਭ ਪਰਮਾਨੰਦ॥ ਰਾਮ ਨਾਮ ਤਤੁ ਕਰਹੁ ਬੀਚਾਰ। ਦ੍ਰਲਭ ਦੇਹ ਕਾ ਕਰਹੁ ਉਧਾਰ॥ (ਪੰਨਾ 293)

ਪ੍ਰਭੂ ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰਨਾ ਕਿਸੇ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਜਾਪ ਨਹੀਂ। ਸਾਰੇ ਜਪ ਤਪ ਅਤੇ ਪੂਜਾ ਦਾ ਫਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਯਾਦ (ਸਿਮਰਨ) ਕਰਨ ਨਾਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

* ਪ੍ਰਭ ਕੈ ਸਿਮਰਨ, ਜਪ ਤਪ ਪੂਜਾ॥ (ਪੰਨਾ 263)।

ਵੈਰਾਗੀ ਯੋਗੀ ਉਹ ਨਹੀਂ ਹਨ ਜੋ ਲਿਵ ਲਾ ਕੇ ਜਾਪ ਕਰਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ, ਸਗੋਂ ਸੱਚਾ ਵੈਰਾਗੀ ਉਹ ਹੈ ਜੋ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀਆਂ ਸਿਫਤਾਂ ਕਰਨ ਵਿਚ ਰੱਤਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਮਨੁੱਖਾ-ਜਨਮ ਕਰਮਕਾਂਡ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਗੁਆਉਂਦਾ।

* *ਸਿਫਤੀ ਰਤਾ ਸਦ ਬੈਰਾਗੀ ਜੂਐ ਜਨਮੁ ਨ ਹਾਰੇ॥* (ਪੰਨਾ 1360)

(ਸ) ਨਾਮ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਨਾਲ ਮਨ ਜੋੜਿਆਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। **ਗੁਰਬਾਣੀ ਵੀਚਾਰ ਕਰਨਾ ਨਾਮ ਜਪਣਾ ਹੀ ਹੈ।**

* *ਡਿਠੈ ਮੁਕਤਿ ਨਾ ਹੋਵਈ ਜਿਚਰੁ ਸਬਦਿ ਨ ਕਰੇ ਵੀਚਾਰੁ॥*
ਹਉਮੈ ਮੈਲੁ ਨ ਚੁਕਈ ਨਾਮਿ ਨ ਲਗੈ ਪਿਆਰੁ॥ (ਪੰਨਾ 594)

ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਵੀਚਾਰ ਕਰਨ ਤੋ ਬਿਨਾਂ ਹਉਮੈ ਨਹੀਂ ਮਰਦੀ ਅਤੇ ਨਾ ਹੀ ਨਾਮ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਲਗਦਾ ਹੈ।

* *ਕਹੁ ਕਬੀਰ ਜੋ ਬ੍ਰਹਮੁ ਬੀਚਾਰੈ॥ ਸੋ ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਕਹੀਅਤ ਹੈ ਹਮਾਰੈ॥* (ਪੰਨਾ 324)।

ਜੋ ਮਾਨੁਖ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਦੀ ਵੀਚਾਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਉਹੀ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਰਾਹ ਤੁਰਨ ਵਾਲਾ (ਭਾਵ ਉਹ ਹੀ ਨਾਮ ਜਪਣ ਵਾਲਾ) ਪੁਰਸ਼ ਸੱਚਾ ਬ੍ਰਾਹਮਣ ਹੈ। ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਵੀਚਾਰ ਨਾਲ ਹੀ ਹਉਮੈ ਮਾਰ ਕੇ ਨਾਮ ਨਾਲ ਜੁੜਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

* *ਗੁਰਬਾਣੀ ਸੁਣਿ ਮੈਲੁ ਗਵਾਏ॥ ਸਹਿਜੇ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਮੰਨਿ ਵਸਾਏ॥* (ਪੰਨਾ 665)।

* *ਇਹ ਬਾਣੀ ਜੋ ਜੀਅਹੁ ਜਾਣੈ ਤਿਸੁ ਅੰਤਰਿ ਰਵੈ ਹਰਿ ਨਾਮਾ॥* (ਪੰਨਾ 797)।

* *ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਰਤੀ ਜਗ ਅੰਤਰਿ ਇਸੁ ਬਾਣੀ ਤੇ ਹਰਿ ਨਾਮ ਪਾਇੰਦਾ॥* (ਪੰਨਾ1066)

* *ਸਬਦੈ ਹੀ ਤੇ ਪਾਈਐ, ਹਰਿ ਨਾਮੇ ਲਗੈ ਪਿਆਰੁ॥* (ਪੰਨਾ 58)।

* *ਗੁਰਬਾਣੀ ਕਹੈ ਸੇਵਕ ਜਨ ਮਾਨੈ ਪ੍ਰਤਖ ਗੁਰੂ ਨਿਸਤਾਰੈ॥* (ਪੰਨਾ 982)

ਸਤਿਗੁਰੂ ਤੋਂ ਸ਼ਬਦ (ਭਾਵ ਗੁਰਬਾਣੀ) ਸੁਣਕੇ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਮੰਨ ਕੇ ਹੀ ਨਿਸਤਾਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹੀ ਫਲ ਨਾਮ ਜਪਣ ਤੋਂ ਮਿਲਣ ਦੀ ਆਸਾ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਹੁਕਮ ਅਨੁਸਾਰ ਜੀਵਨ ਜੀਉਣਾ ਹੀ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਦਰ ਦਾ ਰਾਹ ਅਤੇ ਸਿੱਖ ਦਾ ਮਨੋਰਥ ਹੈ। ਸੁਣਿਐ ਤੇ ਮੰਨਿਐ ਦੀਆਂ ਜਪੁਜੀ ਵਿਚਲੀਆਂ ਪਉੜੀਆਂ ਬਾਣੀ (ਨਾਮ) ਸੁਨਣ, ਮੰਨਣ ਤੇ ਵੀਚਾਰਨ ਦੀ ਮਹੱਤਾ ਹੀ ਸਮਝਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਤੁਕਾਂ ਤੋਂ ਪਤਾ ਚਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਗੁਰਮਤਿ ਸਿਮਰਨ ਜਾਂ ਜਾਪ ਦਾ ਭਾਵ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਗੁਣ ਚਿਤਾਰ ਕੇ ਮਨ ਵਿਚੋਂ ਕ੍ਰੋਧ, ਹਉਮੈ ਆਦਿ ਕੱਢ ਕੇ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਨਾਮ ਵੱਸ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

7. ਗੁਰਮਤਿ ਸਿਮਰਨ ਵਿਧੀ

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਜਿਥੇ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਤੇ ਜਾਪ ਨੂੰ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕਰਮ ਦਸਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦੇ ਲਾਭ ਦਸੇ ਹਨ ਉਥੇ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦੇ ਢੰਗ ਭੀ ਦੱਸੇ ਹਨ। ਇਹ ਵੀਚਾਰ ਸਾਨੂੰ ਪੁਰਾਤਨ ਯੋਗੀਆਂ ਵਾਲੇ ਜਾਪ ਅਤੇ ਕਰਮ ਕਾਂਡ ਦੇ ਰਾਹ ਪੈ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਭਗਤ ਨਾਮਦੇਵ ਜੀ ਆਪਣੀ ਜੀਵਕਾ ਲਈ ਚੋਦੇ ਛਾਪਦੇ ਸਨ। ਉਸਦੇ ਮਿਤ੍ਰ ਭਗਤ ਤ੍ਰਿਲੋਚਨ ਜੀ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਇਕ ਦਿਨ ਪੁਛਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਵਿਚ ਫਸਕੇ ਕਿਉਂ ਛਪਾਈ ਦੇ ਕੰਮ ਵਿਚ ਰੁਝੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਸੁਝਾਉ ਦਿੰਦੇ ਹਨ

ਕਿ ਉਹ ਮਾਇਆ ਦੇ ਧੰਧੇ ਛਡਕੇ ਇਕ ਟਿਕਾਣੇ ਬੈਠਕੇ ਨਾਮ ਦਾ ਜਾਪ ਕਰਿਆ ਕਰੇ। ਭਗਤ ਨਾਮਦੇਵ ਜੀ ਉੱਤਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਨਾਮ ਜਪਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਪਰ ਇਹ ਕਿਸੇ ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਬੋਲਣਾ ਨਹੀਂ, ਨਾਮ ਜਪਣਾ ਤਾਂ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰਨਾ ਤੇ ਆਪਣੇ ਚਿੱਤ ਨੂੰ ਉਸ ਨਾਲ ਜੋੜੀ ਰਖਣਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਰਤ ਭੀ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਨਾਂ ਦਾ ਸੁਮੇਲ ਹੀ ਗੁਰਮਤਿ ਜੀਵਨ ਹੈ। ਏਸ ਲਈ ਕਿਰਤ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣਾ ਚਿੱਤ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਜੋੜੀ ਰਖਣਾ ਉਸਦੀ ਯਾਦ ਮਨ ਵਿਚ ਵਸਾਈ ਰਖਣੀ ਹੀ ਸੱਚਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਹੈ।

ਨਾਮਾ ਮਾਇਆ ਮੋਹਿਆ ਕਹੈ ਤਿਲੋਚਨੁ ਮੀਤ॥ ਕਾਹੇ ਛੀਪਹੁ ਛਾਇਲੈ ਰਾਮ ਨ ਲਾਵਹੁ ਚੀਤੁ॥ ਨਾਮਾ ਕਹੈ ਤਿਲੋਚਨਾ ਮੁਖ ਤੇ ਰਾਮੁ ਸੰਮਾਲਿ॥ ਹਾਥ ਪਾਉ ਕਰਿ ਕਾਮੁ ਸਭੁ ਚੀਤੁ ਨਿਰੰਜਨ ਨਾਲਿ॥
(ਪੰਨਾ 1375)

ਇਸੇ ਗੁਰਮਤਿ ਸਿੱਧਾਂਤ ਨੂੰ ਇਕ ਹੋਰ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਕਈ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਦੇ ਕੇ ਸਮਝਾਇਆ ਹੈ।

* *ਆਨੀਲੇ ਕਾਗਦੁ ਕਾਟੀਲੇ ਗੂਡੀ ਆਕਾਸ ਮਧੇ ਭਰੀਅਲੇ॥ ਪੰਚ ਜਨਾ ਸਿਉ ਬਾਤ ਬਤਊਆ ਚੀਤੁ ਸੁ ਡੋਰੀ ਰਾਖੀਅਲੇ॥ ਮਨੁ ਰਾਮ ਨਾਮਾ ਬੇਧੀਅਲੇ॥ ਜੈਸੇ ਕਨਿਕ ਕਲਾ ਚਿਤੁ ਮਾਂਡੀਅਲੇ॥ .....॥ ਕਹਤ ਨਾਮਦੇਉ ਸੁਨਹੁ ਤਿਲੋਚਨ ਬਾਲਕੁ ਪਾਲਨ ਪਉਢੀ ਅਲੇ॥ ਅੰਤਰਿ ਬਾਹਰਿ ਕਾਜ ਬਿਰੂਧੀ ਚੀਤੁ ਸੁ ਬਾਰਿਕ ਰਾਖੀਅਲੇ॥* (ਪੰਨਾ 972)

ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਜੀਵਨ ਵਲ ਧਿਆਨ ਦਿਵਾਕੇ ਦਸਿਆ ਹੈ ਕਿ ਨਾਮ ਜਪਣਾ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਸ਼ਬਦ (ਮੰਤਰ) ਦੇ ਜਾਪ ਦਾ ਕਰਮ ਕਾਂਡ ਨਹੀਂ, ਇਹ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨਾਲ ਅੰਤਰ ਆਤਮੇ ਪ੍ਰੇਮ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰੇਮ ਨਿਤ ਦੇ ਜੀਵਨ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਕਰਮ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਹੀ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਬੱਚੇ ਗੁੱਡੀ ਉਡਾਉਂਦੇ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸੁਰਤੀ (ਮਨ) ਗੁੱਡੀ ਦੀ ਡੋਰ ਵਿਚ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸਤ੍ਰੀਆਂ ਪਾਣੀ ਦੀਆਂ ਗਾਗਰਾਂ ਭਰਕੇ ਖੁਸ਼ੀ ਨਾਲ ਗੱਲਾਂ ਕਰਦੀਆਂ ਤੁਰਦੀਆਂ ਹਨ ਪਰ ਸੁਰਤੀ ਆਪਣੇ ਸਿਰ ਤੇ ਚੁੱਕੀ ਗਾਗਰ ਵਿਚ ਰਖਦੀਆਂ ਹਨ, (ਕਿ ਕਿਤੇ ਡਿਗ ਨ ਪਵੇ)। ਗਊਆਂ ਨੂੰ ਚਰਾਵਣ ਲਈ ਬਾਹਰ ਦੂਰ ਲੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਪਰ ਗਊ ਦੀ ਸੁਰਤੀ ਪਿਛੇ ਛੱਡੇ ਆਪਣੇ ਵੱਛੇ ਵਿਚ ਹੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਮਾਤਾ ਦੇ ਪਿਆਰ ਦੀ ਉਦਾਹਰਣ ਦੇ ਕੇ ਭਗਤ ਜੀ ਦਸਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਕਾਜ ਵਿਚ ਰੁੱਝੀ ਹੋਈ ਆਪਣਾ ਚਿੱਤ (ਸੁਰਤੀ) ਪੰਗੂੜੇ ਪਏ ਬੱਚੇ ਵਿਚ ਰੱਖਦੀ ਹੈ।

ਸਭ ਦੇ ਆਸਨੀ ਨਾਲ ਸਮਝ ਆ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਇਹ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਦੱਸ ਕੇ ਭਗਤ ਨਾਮਦੇਵ ਜੀ ਜਗਿਆਸੂ ਨੂੰ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਇਵੇਂ ਆਪਣਾ ਕਾਰ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਆਪਣੀ ਸੁਰਤੀ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ (ਉਹ ਹਰ ਵੇਲੇ ਅੰਗ ਸੰਗ ਹੈ, ਸਰਬ ਵਿਆਪਕ ਹੈ, ਸਭ ਕੁੱਝ ਜਾਨਣਹਾਰ ਹੈ) ਦੇ ਪਿਆਰ ਵਿਚ ਜੋੜੀ ਰੱਖਣੀ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਭੀ ਕੰਮ ਨੂੰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਉਸ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨੂੰ ਭੁਲਣਾ ਨਹੀਂ। ਅਜੇਹੇ ਜੀਵਨ ਜੀਉਣ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹੀ ਗੁਰਮਤਿ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਮਨੋਰਥ ਹੈ।

**ਮੂ ਲਾਲਨ ਸਿਉ ਪ੍ਰੀਤਿ ਬਨੀ॥ ਰਹਾਉ॥ ਤੋਰੀ ਨ ਤੂਟੈ ਛੋਰੀ ਨ ਛੂਟੈ ਐਸੀ ਮਾਧੋ ਖਿੰਚ ਤਨੀ॥*
(ਪੰਨਾ 827)

ਦੂਸਰੇ, ਜਿਵੇਂ ਬਚੇ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਭੋਲੇਂ ਭਾਇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਦਾ ਪਿਆਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਬੱਚਾ ਚਤੁਰਾਈਆਂ ਕਰਕੇ ਆਪਣਾ ਪਿਆਰ ਪਰਗਟ ਕਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਤਿਵੇਂ ਹੀ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਦਿੱਲੋਂ ਪਿਆਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ! ਇਹੋ ਉਸਦੇ ਨੇੜੇ ਹੋਣ ਦਾ ਰਾਹ ਅਤੇ ਨਾਮ ਜਪਣਾ ਹੈ।

** ਰੇ ਜਨ ਮਨੁ ਮਾਧਾਉ ਸਿਉ ਲਾਈਐ॥ ਚਤੁਰਾਈ ਨ ਚਤੁਰਭੁਜੁ ਪਾਈਐ॥ ਰਹਾਉ॥.........ਭੋਲੇ ਭਾਇ ਮਿਲੇ ਰਘੁਰਾਇਆ॥* (ਪੰਨਾ 324)

ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਾਰੇ ਦੁੱਖਾਂ ਰੋਗਾਂ ਦੀ ਦਾਰੂ ਅਤੇ ਸੁਖਾਂ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਦਾ ਖਜਾਨਾ "ਮਾਂ" ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਉਹ "ਮਾਂ" ਨੂੰ ਹੀ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਉਸ ਤੋਂ ਵਿਛੜ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਵਿਲਕਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਕੁੱਝ ਵੀ ਉਸ ਨੂੰ ਪ੍ਰਵਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਕਿਉਂਕਿ ਇਕ "ਮਾਂ" ਮਿਲ ਜਾਣ ਨਾਲ ਉਸ ਨੂੰ ਸਭ ਕੁੱਝ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਤਿਵੇਂ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਵਾਹਿਗੁਰੂ (ਨਾਮ) ਹੈ।

* *ਬਾਰਿਕ ਵਾਂਗੀ ਹਉ ਸਭ ਕਿਛੁ ਮੰਗਾ॥ ਦੇਂਦੇ ਤੋਟਿ ਨਾਹੀਂ ਪ੍ਰਭ ਰੰਗਾ॥* (ਪੰਨਾ99)

ਉਪਰ ਲਿਖੀਆਂ ਗੁਰਮਤਿ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਪੰਕਤੀਆਂ ਤੋਂ ਭਾਵ ਅਰਥ ਵੀਚਾਰਨ ਨਾਲ ਸਪਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਕੇਵਲ ਇਕ ਅਧੇ ਘੰਟੇ **ਕਿਸੇ ਨਿਵੇਕਲੇ ਸਥਾਨ ਤੇ ਬੈਠਕੇ ਗੁਰਮੰਤ੍ਰ ਦਾ ਜਾਪ ਕਰ ਲੈਣਾ ਹੀ ਨਹੀਂ, ਇਹ ਤਾਂ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਪਾ ਕੇ ਮਨ ਤੋਂ ਵਿਕਾਰ ਕੱਢਣ ਦਾ ਯਤਨ ਹੈ। ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਕਾਰ ਵਿਹਾਰ ਕਰਦੇ ਹੋਇ, ਉਠਦੇ ਬੈਠਦੇ ਸੌਂਦੇ ਜਾਗਦੇ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨਾਲ ਹੀ ਮਨ ਜੋੜੀ ਰਖਣਾ ਹੈ।**

* *ਊਠਤ ਬੈਠਤ ਸੋਵਤ ਧਿਆਈਐ॥ ਮਾਰਗਿ ਚਲਤ ਹਰੇ ਹਰਿ ਗਾਈਐ॥* (ਪੰਨਾ 386)
ਦਿਨੁ ਰਾਤੀ ਆਰਾਧਹੁ ਪਿਆਰੋ ਨਿਮਖ ਨ ਕੀਜੈ ਢੀਲਾ॥ (ਪੰਨਾ 498)

8. ਸਿਰਮਨ ਬਾਰੇ ਭੁਲੇਖੇ

(ੳ) ਜਿਤਨਾ ਵੱਧ ਪ੍ਰਚਾਰ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਬਾਰੇ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਉਤਨੇ ਹੀ ਇਸ ਬਾਰੇ ਭੁਲੇਖੇ ਵੱਧ ਰਹੇ ਹਨ। ਬਹੁਤੀ ਵੇਰੀ ਸਿਮਰਨ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਜੋ ਕੁੱਝ ਦਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਹ ਜੋਗੀਆਂ ਦੀ ਸਮਾਧੀ ਜਾਂ ਪੁਰਾਤਨ ਜਾਪ ਦੇ ਕਰਮ ਕਾਂਡ ਦੀ ਹੀ ਵਿਆਖਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਈ ਜਗ੍ਹਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰਨ ਦੀ ਨਵੀਂ ਮਰਯਾਦਾ (ਯੋਗੀਆਂ ਵਰਗੀ) ਭੀ ਚਲਾ ਲਈ ਗਈ ਹੈ। ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਮਾਲਾ ਕਿਹੜੀ ਚੰਗੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ? ਆਸਣ ਕਿਵੇਂ ਤੇ ਕਿਹੜਾ ਲਾਉਣਾ ਹੈ, ਸੁਰਤੀ ਕਿਵੇਂ ਤੇ ਕਿਥੇ ਟਿਕਾਉਣੀ ਹੈ, ਧਿਆਨ ਕਿਸ ਦਾ ਧਰਨਾ ਹੈ, ਸਾਹ ਕਿਵੇਂ ਲੈਂਣਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾਮ ਕਿਹੜਾ ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਜਪਣਾ ਹੈ? ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦੇ ਰਾਹ ਦੇ ਪੜਾਉ ਭੀ ਦੱਸੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਅੰਤ ਅਨਹਦ ਨਾਦ ਸੁਨਣ ਅਤੇ ਦਸਮ ਦੁਆਰ (ਕਪਾਟ) ਖੁਲਕੇ ਸਚਖੰਡ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਹੋਣੇ ਦੱਸੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਭੇਦ ਕੇਵਲ ਜਪਣ ਵਾਲੇ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜੋਗੀਆਂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਜਾਂ ਆਨ ਧਰਮਾਂ ਦੇ ਨਾਮ (ਗੁਰਮੰਤ੍ਰ) ਦੀ ਥਾਂ ਸਿੱਖਾਂ ਦਾ ਗੁਰਮੰਤ੍ਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜਪਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬਾਕੀ ਸਭ ਮਰਯਾਦਾ ਪੁਰਾਤਨ ਜਾਪ ਦੀ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਪੜ੍ਹਿਆਂ ਤੇ ਵੀਚਾਰਿਆਂ ਪਤਾ ਲਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਵਿਧੀਆਂ ਦਾ ਗੁਰਮਤਿ ਸਿਮਰਨ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸਬੰਧ ਨਹੀਂ। **ਗੱਲ ਕਰਮ ਕਾਂਡ ਦੀ ਨਹੀਂ, ਗੱਲ ਸਿੱਧਾਂਤ ਸਮਝਣ ਦੀ ਹੈ।**

ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਗੁਰਮਤਿ ਬਾਰੇ ਸਿੱਖਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਭੀ ਕਈ ਭੁਲੇਖੇ ਪਾਏ ਗਏ

ਹਨ। ਇਕ ਉਦਾਹਰਣ ਦੇਣ ਨਾਲ ਇਹ ਗੱਲਾਂ ਸਪਸ਼ਟ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਚਲਾਣਾ ਕਰ ਗਏ ਪ੍ਰਾਣੀ ਦੇ ਅਸਤ ਹਿੰਦੂਆਂ ਦੀ ਰੀਸ ਸਿੱਖ ਭੀ ਹਰਿਦੁਆਰ ਗੰਗਾ ਵਿਚ ਪਾਉਣ ਲਗ ਗਏ। ਜਦੋਂ ਸਿੱਖਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਇਸ ਮਨਮਤ ਵਲ ਦਿਵਾਇਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਗੰਗਾ ਛਡਕੇ ਸਤਿਲੁਜ ਵਿਚ ਕੀਤਰਪੁਰ ਦੇ ਅਸਥਾਨ ਤੇ ਅਸਤ ਪਾਉਣ ਦੀ ਪਰਪਾਟੀ ਤੋਰ ਲਈ। ਹਰਿਦੁਆਰ ਅਸਤ ਪਾਉਣ ਤੋਂ ਇਸ ਲਈ ਨਹੀਂ ਰੋਕਿਆ ਗਿਆ ਸੀ ਕਿ ਹਰਿਦੁਆਰ ਤੀਰਥ ਹਿੰਦੂਆਂ ਲਈ ਹੈ, ਸਿੱਖਾਂ ਲਈ ਨਹੀਂ। ਕਾਰਨ ਤਾਂ ਇਹ ਸੀ ਕਿ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਥਾਂ (ਚਾਹੇ ਹਰਿਦੁਆਰ ਹੈ, ਚਾਹੇ ਕੀਰਤਪੁਰ ਜਾਂ ਕੋਈ ਹੋਰ) ਨੂੰ ਸ਼ੁਭ ਮੰਨਣਾ, ਜਿਥੇ ਅਸਤ ਪਾਇਆਂ ਪ੍ਰਾਣੀ ਨੂੰ ਲਾਭ ਹੋਣਾ ਮੰਨਿਆ ਜਾਵੇ, ਹੀ ਸਿੱਖੀ ਸਿੱਧਾਂਤ ਦੇ ਉਲਟ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਜਿਹੜੇ ਸਿੱਖ ਕੀਰਤਪੁਰ (ਪ੍ਰਾਣੀ ਨੂੰ ਲਾਭ ਹੋਣ ਦੀ ਆਸ ਰਖਕੇ) ਅਸਤ ਪਾਉਂਦੇ ਹਨ ਉਹ ਉਤਨੇ ਹੀ ਗੁਰਮਤਿ ਤੋਂ ਦੂਰ ਹਨ ਜਿਤਨੇ ਕਿ ਹਰਿਦੁਆਰ ਅਸਤ ਪਾਉਣ ਵਾਲੇ।

ਇਵੇਂ ਹੀ ਯੋਗੀਆਂ ਵਾਂਗ ਤ੍ਰਿਕੁਟੀ ਤੇ ਜਾਂ ਹੋਰ ਥਾਂ ਧਿਆਨ ਟਿਕਾ, ਬਿਨਾ ਸਿੱਧਾਂਤ ਸਮਝੇ ਕਿਸੇ ਸ਼ਬਦ (ਚਾਹੇ ਉਹ ਵਾਹਿਗੁਰੁ ਹੀ ਹੈ) ਦਾ ਜਾਪ ਕਰੀ ਜਾਣਾ ਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਸਚਖੰਡ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਹੋਣਗੇ, ਗੁਰਮਤਿ ਸਿੱਧਾਂਤ ਨਹੀਂ। **ਕੇਵਲ ਸ਼ਬਦ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਕਹਿਣ ਨਾਲ ਯੋਗ ਅਭਿਆਸ (ਸਮਾਧੀ) ਗੁਰਮਤਿ ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ।**

(ਅ) ਅਜੇਹੇ ਭੁਲੇਖਿਆਂ ਦਾ ਕਾਰਣ ਭਾਵ ਅਰਥਾਂ ਨੂੰ ਭੁੱਲਕੇ ਅੱਖਰੀ ਅਰਥਾਂ ਵਿਚ ਫਸ ਜਾਣਾ ਹੈ।

(1) **ਭਾਵ ਅਰਥ:**

ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਅੱਖਰੀ ਅਰਥ ਕਈ ਵੇਰੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵੀਚਾਰ ਤੋਂ ਦੂਰ ਲੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਉਹ ਨਿਰਾਰਥਕ ਭਾਵ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ:

* *ਜਨ ਕੇ ਚਰਨ ਵਸਹਿ ਮੇਰੈ ਹੀਅਰੈ ਸੰਗਿ ਪੁਨੀਤਾ ਦੇਹੀ॥* (ਪੰਨਾ 680)

ਇਥੇ "ਚਰਨ" ਦੇ ਅਰਥ ਕਿਸੇ ਸੰਤ ਗੁਰੂ (ਸਰੀਰ ਧਾਰੀ ਮਨੁੱਖ) ਦੇ ਉਂਗਲਾਂ ਵਾਲੇ ਪੈਰ ਨਹੀਂ। ਇਥੇ ਭਾਵ ਉਹਨਾਂ ਦੇ **ਵੀਚਾਰ, ਅਤੇ ਆਦੇਸ਼** ਨੂੰ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਵਸਾਉਣ ਦੀ ਇੱਛਾ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਆਖਿਆ ਇਕ ਹੋਰ ਤੁੱਕ ਦੇ ਅਰਥ ਵੀਚਾਰਨ ਨਾਲ ਸਪਸ਼ਟ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

*ਹਿਰਦੈ ਚਰਣ, ਸਬਦੁ ਸਤਿਗੁਰ ਕੋ, ਨਾਨਕ ਬਾਧਿਓ ਪਾਲ॥ (ਪੰਨਾ 680)

ਉਸ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੇ ਚਰਨ ਵਸ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਸ ਨੇ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੀ ਬਾਣੀ (ਸ਼ਬਦ) ਪੱਲੇ ਬੰਨ੍ਹ ਲਈ ਹੈ।

(2) **ਦੋ ਅਰਥਾਂ ਵਾਲੇ ਸ਼ਬਦ:**

ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸ਼ਬਦ ਜੋ ਭਗਤੀ ਭਾਵ ਤੇ ਜਪ ਤਪ ਨਾਲ ਸਬੰਧਤ ਹਨ ਪੁਰਾਣੇ ਅਰਥਾਂ ਵਿਚ ਭੀ ਵਰਤੇ ਗਏ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਨੂੰ ਹੀ ਨਵੇਂ ਅਰਥਾਂ ਵਿਚ ਵਰਤਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਅਜੇਹੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਅਰਥ ਚਲ ਰਹੇ ਪ੍ਰਸੰਗ ਵਿਚ ਗੁਰਬਾਣੀ ਸਿੱਧਾਂਤ ਨੂੰ ਮੁਖ ਰਖਕੇ ਕਰਨੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਹੇਠ ਦੱਸੀਆਂ ਤਿੰਨ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਵੀਚਾਰਨ ਨਾਲ ਇਹ ਗੱਲ ਸਮਝ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

1\. * *ਰੋਵੈ ਰਾਮੁ ਨਿਕਾਲਾ ਭਇਆ॥ ਸੀਤਾ ਲਖਮਣ ਵਿਛੁੜਿ ਗਇਆ॥* (ਪੰਨਾ 953)

** ਰਾਮ ਜਪਉ ਜੀ ਐਸੇ ਐਸੇ॥ ਧ੍ਰੂ ਪ੍ਰਹਿਲਾਦ ਜਪਿਓ ਹਰਿ ਜੈਸੇ॥* (ਪੰਨਾ 337)

ਪਹਿਲੀ ਤੁਕ ਵਿਚ "ਰਾਮ" ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਅਰਥ ਸੀਤਾ ਦਾ ਪਤੀ ਤੇ ਰਾਜਾ ਦਸ਼ਰਥ ਦਾ ਪੁੱਤਰ ਹੈ। ਦੂਸਰੀ ਤੁਕ ਵਿਚ "ਰਾਮ" ਦਾ ਅਰਥ ਸਾਰੇ ਜਗਤ ਦਾ ਪਤੀ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਹੈ।

2. ** ਜਪੁ ਤਪੁ ਸੰਜਮੁ ਧਰਮੁ ਨ ਕਮਾਇਆ॥ ਸੇਵਾ ਸਾਧ ਨ ਜਾਨਿਆ ਹਰਿ ਰਾਇਆ॥*
(ਪੰਨਾ12)

** ਜਪੁ ਤਪੁ ਸੰਜਮ ਵਰਤ ਕਰੇ ਪੂਜਾ ਮਨਮੁਖ ਰੋਗੁ ਨ ਜਾਈ॥* (ਪੰਨਾ 732)

ਪਹਿਲੀ ਤੁਕ ਵਿਚ "ਜਪ ਤਪ ਸੰਜਮ" ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ, ਧਰਮ ਦੇ ਸ਼ੁਭ ਕਰਮ ਭਾਵ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਯਾਦ ਤੇ ਉਸਦਾ ਸਿਮਰਨ ਕਰਨਾ (ਜੋ ਹਰ ਸਿੱਖ ਲਈ ਜਰੂਰੀ ਕਰਮ ਹੈ)। ਦੂਜੀ ਤੁਕ ਵਿਚ ਇਹਨਾਂ ਹੀ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦਾ ਅਰਥ ਹੈ, ਫੋਕੇ ਕਰਮ ਕਾਂਡ ਜਾਂ ਯੋਗੀਆਂ ਵਾਂਗ ਸਮਾਧੀਆਂ ਲਾਕੇ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਸ਼ਬਦ ਜਾਂ ਮੰਤ੍ਰ ਦਾ ਜਾਪ ਕਰਨਾ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ। ਇਸੇ ਕਰਕੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਅਜੇਹੇ ਜਾਪ ਤਪ ਦਾ ਖੰਡਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸਿੱਧਾਂਤ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਵੀਚਾਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਗੁਰਮਤਿ ਸਿਮਰਨ ਅਤੇ ਯੋਗੀਆਂ ਦੇ ਕਰਮ ਕਾਂਡ ਦਾ ਭੇਦ ਸਮਝਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ।

9. ਨਵੀਂ ਪਰਪਾਟੀ

ਕੁੱਝ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਸਿਮਰਨ ਦੇ ਦੀਵਾਨ ਵੇਖਣ ਵਿਚ ਆਏ ਹਨ। ਇਹ ਦੀਵਾਨ ਪਹਿਲਾਂ ਘਰਾਂ ਵਿਚ ਤੇ ਹੁਣ ਕਈ ਗੁਰਦੁਆਰਿਆਂ ਵਿਚ ਭੀ ਲਗਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਗੱਲ ਪਹਿਲਾਂ ਕਦੇ ਸੁਨਣ ਪੜ੍ਹਨ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਸੀ ਆਈ। ਕੁੱਝ ਚਿਰ ਤੋਂ ਇਹ ਰੀਸੋ ਰੀਸ ਵੱਧਦੇ ਹੀ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਇਹ ਇਕ ਨਵੀਂ ਮਰਯਾਦਾ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਸਵਾਲ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣੇ ਸੁਭਾਵਕ ਹੀ ਹਨ। ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਉੱਤਰਾਂ ਦਾ ਭਾਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ "ਗੁਰਬਾਣੀ ਦਾ ਉਪਦੇਸ਼ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਕਰਨ ਦਾ ਹੈ। ਕੇਵਲ ਕੀਰਤਨ ਤੇ ਪਾਠ ਕਰੀ ਜਾਣ ਦਾ ਕੀ ਲਾਭ ਜੇ ਬਾਣੀ ਦਾ ਹੁਕਮ ਮੰਨਕੇ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਸੰਗਤ ਨੇ ਸਿਮਰਨ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ?" ਇਸ ਵੀਚਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੇਠ ਆਕੇ ਕੁੱਝ ਗੁਰਦਵਾਰਿਆਂ ਵਿਚ ਖਾਸ ਸਮਾਂ ਸਿਮਰਨ ਦੀਵਾਨ ਲਈ ਨੀਯਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਹਫਤੇ ਵਿਚ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਦਿਨ ਸਿਮਰਨ ਦੀਵਾਨ ਦਾ ਹੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਰਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਕ ਮਿੱਤ੍ਰ ਦੇ ਘਰ ਪਾਠ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਪਿਛੋਂ ਇਕ ਬੀਬੀ ਨੇ ਵਾਜਾ ਲੈ ਕੇ ਪਹਿਲਾਂ ਲੰਬੀ ਸੁਰ ਵਿਚ ਫਿਰ ਛੋਟੀ ਛੋਟੀ ਤੇ ਉਸ ਪਿਛੋਂ ਬਦਲਵੀ ਸੁਰ ਵਿਚ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦਾ ਜਾਪ ਕੀਤਾ। ਸੰਗਤ ਨੇ ਸੋਚਿਆ ਬੀਬੀ ਮਨ ਇਕਾਗਰ ਕਰਕੇ ਅਤੇ ਆਵਾਜ਼ ਠੀਕ ਕਰਕੇ ਫੇਰ ਸ਼ਬਦ ਪੜ੍ਹੇਗੀ। ਪਰ ਉਸਨੇ 10-15 ਮਿੰਟ ਜਾਪ ਕਰਨ ਪਿਛੋਂ ਸਮਾਪਤੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਉਸ ਨੇ ਕੀਰਤਨ ਦੀ ਆਪਣੀ ਵਾਰੀ ਪੂਰੀ ਕੀਤੀ। ਲੇਖਕ ਨੇ ਇਹ ਨਿਰੋਲ "ਵਾਹਿਗੁਰੂ" ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਕੀਰਤਨ ਪਹਿਲੀ ਵੇਰੀ ਸੁਣਿਆ ਸੀ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕੁੱਝ ਪ੍ਰੇਮੀ ਸ਼ਬਦ ਪੜ੍ਹਦੇ ਪੜ੍ਹਦੇ ਆਨੰਦ ਵਿਚ ਆਕੇ 5-7 ਵਾਰੀ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਕਰਕੇ ਫੇਰ ਸ਼ਬਦ ਪੜ੍ਹਨ ਲਗ ਜਾਂਦੇ ਤਾਂ ਵੇਖੇ ਸਨ।

ਲੇਖਕ ਸੋਚਾਂ ਵਿਚ ਪੈ ਗਿਆ ਕਿ ਨਵੀਂ ਮਰਯਾਦਾ ਗੁਰਮਤਿ ਹੈ ਜਾਂ ਹਿੰਦੂਆਂ ਦੀ ਰੀਸੇ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਜਾਪ (ਰਾਧੇ ਸ਼ਾਮ-ਸੀਤਾ ਰਾਮ) ਦੀ ਨਕਲ। ਰੀਸੋ ਰੀਸ ਇਹ ਪਰੰਪਰਾ ਵੱਧਦੀ ਜਾ ਰਹੀ ਰਹੀ ਹੈ। ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜਾਪ ਦਾ ਹੀ ਕੀਰਤਨ ਪ੍ਰਚਲਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਇਕ ਟੇਪ ਭੀ ਦਾਸ ਨੇ ਨਾਮ ਜਾਪ ਦੀ ਸੁਣੀ ਹੈ। ਸਾਰੀ ਟੇਪ ਤੇ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਹੀ ਇਕੋ ਧੁਨੀ ਵਿਚ ਕੀਰਤਨ ਜਾਪ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਕੀਰਤਨ ਨਾਲੋਂ ਇਸ ਟੇਪ ਦੇ ਸੁਨਣ ਦਾ ਵੱਧ ਪੁੰਨ ਦਸਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ "ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜਾਪ" ਕੀਰਤਨ ਦੇ ਵੱਧ ਰਹੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਰਕੇ ਕੁੱਝ ਰਾਗੀ ਸਿੰਘ, ਚੰਗੇ ਕੀਰਤਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵੀ, ਹੁਣ ਸ਼ਬਦ ਕੀਰਤਨ ਦੇ ਵਿਚ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜਾਪ ਦੀ ਧੁਨੀ ਲਾਉਣ ਲਗ ਗਏ ਹਨ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸ੍ਰੋਤੇ ਦਾ ਮਨ ਸ਼ਬਦ ਵੀਚਾਰ ਤੋਂ ਟੁੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀਰਤਨ ਸੁਨਣ ਤੋਂ ਉੱਖੜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਾਂ, ਜੋਸ਼ ਜ਼ਰੂਰ ਸਰੋਤਿਆਂ ਅਤੇ ਬੁਲਾਰਿਆਂ ਵਿਚ ਪਰਗਟ ਹੋਇਆ ਦਿਸਦਾ ਹੈ। ਵੀਚਾਰ ਕੀਤੀਆਂ ਤਾਂ ਇਹ ਨਾਦ (ਆਵਾਜ਼) ਜਾਪ ਹੀ ਲਗਦਾ ਹੈ, ਗੁਰਮਤਿ ਸਿਮਰਨ ਨਹੀਂ।

ਗੁਰਬਾਣੀ ਪਾਠ ਤੇ ਕੀਰਤਨ ਦੀ ਮਰਯਾਦਾ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਜੀ ਦੇ ਵੇਲੇ ਤੋਂ ਚਲੀ ਆ ਰਹੀ ਹੈ "ਭਾਈ ਮਰਦਾਨਿਆ! ਵਜਾ ਰਬਾਬ, ਬਾਣੀ ਆਈ ਹੈ"। ਕਰਤਾਰ ਪੁਰ ਟਿਕਣ ਵੇਲੇ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਚਲਾਈ ਮਰਯਾਦਾ ਬਾਰੇ ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ ਜੀ ਲਿਖਦੇ ਹਨ

* *ਸੋਦਰੁ ਆਰਤੀ ਗਾਵੀਐ, ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਜਾਪ ਉਚਾਰਾ॥* (ਵਾਰਾਂ ਭਾਈ ਗੁਰਦਾਸ)

ਸਵੇਰੇ ਜਪੁ ਜੀ ਦੇ ਪਾਠ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਸੋਦਰੁ ਦਾ ਕੀਰਤਨ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਸੀ। ਗੁਰੂ ਅਰਜਨ ਦੇਵ ਜੀ ਆਪ ਭੀ ਸਿਰੰਦੇ ਨਾਲ ਗੁਰਬਾਣੀ ਕੀਰਤਨ ਕਰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਸਨ। ਰਬਾਬੀਆਂ ਦੇ ਰੁਸ ਜਾਣ ਤੇ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਸਿੱਖਾਂ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦਾ ਕੀਰਤਨ ਕਰਨ ਲਈ ਹੀ ਕਿਹਾ, **ਕੀਰਤਨ ਦੀ ਥਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜਾਪ ਦੀ ਮਰਯਾਦਾ ਨਹੀਂ ਚਲਾਈ**। ਇਹ ਨਵੀਂ ਮਰਯਾਦਾ ਲੇਖਕ ਨੇ ਸ੍ਰੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤਸਰ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਪਹਿਲਾਂ ਕਦੇ ਨਹੀਂ ਸੁਣੀ ਵੇਖੀ ਸੀ।

10. ਨਾਮ ਜਾਪ

(ੳ) ਪੁਰਾਤਨ ਜਾਪ ਮਰਯਾਦਾ

ਜਾਪ ਕਰਨ ਦੀ ਮਰਯਾਦਾ ਬਹੁਤ ਪੁਰਾਣੀ ਹੈ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੀਆਂ ਮਿਥਿਹਾਸਕ ਤੇ ਅਰਧਮਿਥਿਹਾਸਕ ਕਥਾਵਾਂ ਤੋਂ ਉਸ ਵੇਲੇ ਦੇ ਜਾਪ ਤਾਪ ਅਤੇ ਮਾਲਾ ਫੇਰਕੇ ਸਿਮਰਨ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਚਲਦਾ ਹੈ। ਯੋਗੀਆਂ ਦੀਆਂ ਇਕ ਲਿਵ, ਸਰੀਰਕ ਕਸ਼ਟਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰਵਾਹ ਨ ਕਰਦੇ, ਸਮਾਧੀਆਂ ਲਾਉਣ ਬਾਰੇ ਭੀ ਦਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ। ਜਿਸ ਦਾ ਗੁਰਬਾਣੀ ਖੰਡਨ ਕਰਦੀ ਹੈ।

* *ਚੁਪੈ ਚੁਪ ਨ ਹੋਵਈ ਜੇ ਲਾਇ ਰਹਾ ਲਿਵਤਾਰ॥* (ਪੰਨਾ 1)

ਜਗਿਆਸੂ ਗੁਰੂ ਦੀ ਭਾਲ ਵਿਚ ਘਰੋਂ ਨਿਕਲਦਾ, ਕਈ ਘਾਲਣਾ ਘਾਲਕੇ ਤੇ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰਕੇ ਗੁਰੂ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ ਕਰਦਾ। ਚੇਲੇ ਦੀ ਸੇਵਾ ਤੇ ਨਿਹਾਲ ਹੋ ਕੇ ਗੁਰੂ ਉਸਨੂੰ ਦੀਖਿਆ ਦਿੰਦਾ ਜਿਸਨੂੰ ਨਾਮ ਜਾਂ ਗੁਰਮੰਤ੍ਰ ਕਹਿੰਦੇ ਸਨ। ਜਗਿਆਸੂ ਨੂੰ ਉਸ ਨਾਮ ਮੰਤ੍ਰ ਦੇ ਜਾਪ ਕਰਨ ਦੀ ਵਿਧੀ ਭੀ ਦੱਸੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ। ਉਸ ਅਨੁਸਾਰ ਨਾਮ ਜਪਕੇ ਜਗਿਆਸੂ ਜੀਵਨ ਸਫਲ ਕਰ ਸਕਦਾ ਤੇ ਮਨ ਇਛੇ ਫਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦਾ। ਨਿਗੁਰੇ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਘਟੀਆ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਸੀ।

ਪੁਰਾਤਨ ਸਾਖੀਆਂ ਦਸਦੀਆਂ ਹਨ ਕਿ ਗੁਰੂ ਜੋ ਮੰਤ੍ਰ ਦਿੰਦਾ ਸੀ ਉਹ ਉਸਨੇ ਆਪ ਕਠਿਨ ਜਪ ਤਪ ਕਰਕੇ ਕਮਾਇਆ ਹੁੰਦਾ ਸੀ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਕਿਸੇ ਵੱਡੇ ਗੁਰੂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤਾ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਜੇਕਰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਪੁਰਸ਼ ਨੂੰ ਓਹ ਮੰਤ੍ਰ ਦੱਸ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਤਾਂ ਉਸ ਮੰਤ੍ਰ ਦੇ ਜਾਪ ਦਾ ਫਲ ਨਹੀਂ ਸੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦਾ। ਇਹ ਮੰਤ੍ਰ ਕੇਵਲ ਗੁਰੂ ਹੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਸੀ ਅਤੇ ਉਹ

ਭੀ ਕੇਵਲ ਅਧਿਕਾਰੀ ਨੂੰ। ਛੋਟੀ ਜਾਤ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਇਹ ਪਵਿੱਤਰ ਵਸਤੂ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਸੀ।

(ਅ) ਪੁਰਾਤਨ ਮਰਿਯਾਦਾ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ

ਇਹ ਲੇਖ ਜਾਪ ਅਤੇ ਸਿਮਰਨ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਅਰਥਾਂ ਭਾਵ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਪੁਰਾਤਨ ਅਰਥਾਂ ਨੂੰ ਵੀਚਾਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂਕਿ ਜਗਿਆਸੂ ਗੁਰਮਤਿ ਸਿੱਧਾਂਤ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਵਿਚ ਹੀ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਕਰੇ।

ਅਸੀਂ ਵੇਖਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਜਾਪ ਕਰਨ ਦੀ ਪੁਰਾਤਨ ਵਿਧੀ ਜਾਂ ਮਰਯਾਦਾ ਕੁੱਝ ਸਿੱਖ ਸੰਗਤਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਚਾਰਕਾਂ ਨੇ ਗੁਰਮਤਿ ਸਿਮਰਨ ਸਮਝ ਕੇ ਅਪਣਾ ਲਈ ਹੈ। ਗੁਰਬਾਣੀ ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਮੰਤਰ ਜਾਪ ਨੂੰ ਪ੍ਰਵਾਨ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ, ਸਗੋਂ ਇਸਦਾ ਭਰਵਾਂ ਖੰਡਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। **ਪੁਰਾਤਨ ਜਾਂ ਯੋਗੀਆਂ ਦੇ ਨਾਮ ਜਪਣ ਦੀ ਅਜੇਹੀ ਵਿਧੀ ਕਿਸੇ ਸਿੱਖ ਪ੍ਰਚਾਰਕ ਦੇ ਦੱਸਣ ਨਾਲ ਗੁਰਮਤਿ ਸਿਮਰਨ ਨਹੀਂ ਬਣ ਜਾਂਦੀ। ਗੁਰਮਤਿ ਸਿੱਧਾਂਤ ਨੂੰ ਸਮਝਕੇ ਕੀਤਾ ਸਿਮਰਨ ਹੀ ਸਫਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।**

18 ਵੀਂ ਤੇ 19 ਵੀਂ ਸਦੀ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਿੱਖ ਲੇਖਕ ਤੇ ਵਿਦਵਾਨ ਪੁਰਾਤਨ ਚਲੀ ਆ ਰਹੀ ਵਿਦਿਆ ਪ੍ਰਨਾਲੀ ਵਿਚ ਹੀ ਪਲੇ ਤੇ ਉਸੇ ਵਿਚ ਹੀ ਪੜ੍ਹੇ। ਉਸ ਵਿਦਿਆ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਕਰਕੇ ਸਿੱਖ ਇਤਿਹਾਸ ਅਤੇ ਗੁਰਮਤਿ ਦੀਖਿਆ ਨੂੰ ਭੀ ਉਹਨਾਂ ਪੁਰਾਤਨ ਸਿੱਧਾਂਤ ਦੀ ਰੋਸ਼ਨੀ ਵਿਚ ਹੀ ਸਮਝਿਆ ਅਤੇ ਲਿਖਿਆ। ਅਜਿਹੇ ਲਿਖਾਰੀਆਂ ਦੀਆਂ ਲਿਖਤਾਂ ਵਿਚ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੂੰ ਭੀ ਉਹ ਕਰਮ ਕਾਂਡ ਕਰਦੇ ਦਸਿਆ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਖੰਡਨ ਉਹ ਆਪਣੀ ਗੁਰਬਾਣੀ ਵਿਚ ਥਾਂ ਥਾਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ। ਅਜੇਹੀਆਂ ਲਿਖਤਾਂ ਪੜ੍ਹਕੇ 20 ਵੀਂ ਸਦੀ ਦੇ ਕੁੱਝ ਪ੍ਰਚਾਰਕ ਭੀ ਪੁਰਾਤਨ ਮੰਤ੍ਰ ਜਾਪ ਵਾਂਗ ਹੀ ਗੁਰਮਤਿ ਸਿਮਰਨ ਕਰਨਾ ਦਸਣ ਲੱਗ ਗਏ। ਬਹੁਤੀ ਵੇਰੀ ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਚਾਰ ਯੋਗੀਆਂ ਵਾਂਗ ਸੁੰਨ-ਸਮਾਧੀ ਲਾਉਣ ਵਲ ਹੀ ਪ੍ਰੇਰਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਪ੍ਰਚਾਰ ਨੂੰ ਮੰਨਕੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਸਿੱਖਾਂ ਨੇ ਭੀ ਗੁਰਮਤਿ ਸਿਮਰਨ ਨੂੰ ਜਾਪ ਕਰਨ ਦਾ ਕਰਮ ਕਾਂਡ ਹੀ ਸਮਝ ਲਿਆ ਹੈ। ਜੋ ਗੁਰਬਾਣੀ ਸਿਖਿਆ ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਹੇਠ ਲਿਖੀਆਂ ਪੰਕਤੀਆਂ ਜਪ ਤਪ ਦਾ ਸਪਸ਼ਟ ਖੰਡਨ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਬੰਧਤ ਸ਼ਬਦਾਂ ਦੇ ਸੰਖੇਪ ਅਰਥ ਭੀ ਨਾਲ ਦੱਸੇ ਹਨ।

1. ** ਜਪੁ ਤਪੁ ਕਰਿ ਕਰਿ ਸੰਜਮ ਥਾਕੀ ਹਠਿ ਨਿਗ੍ਰਹਿ ਨਹੀਂ ਪਾਈਐ॥*
   ਨਾਨਕ ਸਹਿਜ ਮਿਲੇ ਜਗਜੀਵਨ ਸਤਿਗੁਰ ਬੂਝ ਬੁਝਾਈਐ। (ਪੰਨਾ 436)

ਜਪ ਤਪ ਸੰਜਮ ਅਤੇ ਹਠ ਧਾਰਕੇ ਕੀਤੇ ਕਰਮਾਂ ਨਾਲ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਇਹ ਤਾਂ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੇ ਰਾਹ ਦਸਿਆ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

2. ** ਕਿਆ ਜਪੁ ਕਿਆ ਤਪੁ ਕਿਆ ਬ੍ਰਤ ਪੂਜਾ॥ ਜਾਕੇ ਰਿਦੈ ਭਾਉ ਹੈ ਦੂਜਾ॥.*
   .....ਕਹੁ ਕਬੀਰ ਭਗਤਿ ਕਰਿ ਪਾਇਆ॥ ਭੋਲੇ ਭਾਇ ਮਿਲੇ ਰਘੁਰਾਇਆ॥ (ਪੰਨਾ 324)।
   ** ਕਿਆ ਜਪੁ ਕਿਆ ਤਪੁ ਸੰਜਮੋ ਕਿਆ ਬਰਤੁ ਕਿਆ ਇਸਨਾਨੁ॥*
   ਜਬ ਲਗੁ ਜੁਗਤਿ ਨ ਜਾਨੀਐ ਭਾਉ ਭਗਤਿ ਭਗਵਾਨ॥ (ਪੰਨਾ 337)

ਜਪ ਤਪ ਸੰਜਮ ਆਦਿ ਦਾ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ, ਪ੍ਰੇਮ ਭਗਤੀ ਦੀ ਜੁਗਤੀ ਹੀ ਭਗਵਾਨ ਨਾਲ ਮਿਲਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

3. ** ਹਰਿ ਬਿਨੁ ਅਵਰ ਕ੍ਰਿਆ ਬਿਰਥੇ॥ ਜਪ ਤਪ ਸੰਜਮ ਕਰਮ ਕਮਾਣੇ ਇਹਿ ਓਰੈ ਮੂਸੇ॥* (ਪੰਨਾ 216)

ਸਭਿ ਜਪ ਸਭਿ ਤਪ ਚਤੁਰਾਈ।। ਊਝੜਿ ਭਰਮੈ ਰਾਹਿ ਨ ਪਾਈ।। (ਪੰਨਾ 412)

ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਯਾਦ ਤੇ ਪ੍ਰੇਮ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸਾਰੇ ਜਪ ਤਪ ਕਰਮ ਤੇ ਚਤੁਰਾਈਆਂ ਬਿਰਥੇ ਹਨ ਤੇ ਕੁਰਾਹੇ (ਭੁਲੇਖੇ ਵਿਚ) ਪਾਉਣ ਵਾਲੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ।

4. ਇਹ ਗੱਲ ਅਕਾਲ ਉਸਤਤਿ ਵਿਚ ਸਿੱਧੇ ਸਬਦਾਂ ਵਿਚ ਭੀ ਕਹੀ ਹੈ:

ਜਾਪ ਕੇ ਕੀਏ ਤੇ ਜਉ ਪੈ ਪਾਈਅਤ ਅਜਾਪ ਦੇਵ; ਪੂਦਨਾ ਸਦੀਵ ਤੂਹੀ ਤੂਹੀ ਉਚਰਤ ਹੈ।। (ਅਕਾਲ ਉਸਤਤਿ 84)

ਜਾਪੁ ਕੀਤਿਆਂ (ਕਿਸੇ ਪਵਿੱਤਰ ਸ਼ਬਦ ਗੁਰਮੰਤ੍ਰ ਜਾਂ ਹੋਰ ਦਸੇ ਗੁਪਤ ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਬਾਰ ਬਾਰ ਕਹੀ ਜਾਣਾ) ਜੇ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੁੰਦਾ ਤਾਂ ਪੂਦਨਾ (ਇਕ ਪੰਛੀ ਜੋ ਸਦਾ ਤੂਹੀ ਤੂਹੀ ਬੋਲਦਾ ਹੈ) ਨੂੰ ਜਰੂਰ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਮਿਲ ਜਾਣਾ ਸੀ।

* *ਸਾਚੁ ਕਹੋ ਸੁਨ ਲੇਹੁ ਸਭੈ ਜਿਨ ਪ੍ਰੇਮ ਕੀਓ ਤਿਨ ਹੀ ਪ੍ਰਭੁ ਪਾਇਓ।। (ਸ੍ਵਯੇ)*

ਪ੍ਰੇਮ ਕਰਨ ਨਾਲ ਹੀ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੈ (ਜੀਵਨ ਦਾ ਸਹੀ ਰਾਹ ਹੈ) ਇਸਨੂੰ ਵਿਸਾਰ ਕੇ ਜਪ ਤਪ ਕਰਮ ਕਮਾਉਣਾ ਆਪਣਾ ਜੀਵਨ ਅਜਾਈਂ ਗੁਆਉਣਾ ਹੈ।

11. ਪੁਰਾਤਨ ਜਾਪ ਦਾ ਕਰਮ ਕਾਂਡ ਅਤੇ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ

(ੳ) ਯੋਗੀਆਂ ਤੇ ਪੁਰਾਤਨ ਸੰਤਾਂ ਨੇ ਮੰਤ੍ਰ ਜਾਪ ਨੂੰ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਗੁਪਤ ਸ਼ਬਦ ਦੇ ਰਟਣ ਨੂੰ, ਗਿਣ ਗਿਣਕੇ ਉਸ ਸ਼ਬਦ ਦੀਆਂ ਮਾਲਾ ਫੇਰਨ ਨੂੰ ਹੀ ਧਰਮ ਕਰਮ ਮੰਨ ਲਿਆ ਸੀ। ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਸਮਝਾਇਆ ਕਿ ਗੁਰਸਿੱਖ ਨੂੰ ਏਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਮਾਲਾ ਫੇਰਕੇ ਜਾਂ ਸਮਾਧੀ ਲਾਕੇ ਕਿਸੇ ਜਾਪ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਰੇ ਜਪ ਤਪ ਦਾ ਫਲ ਗੁਰਬਾਣੀ ਕੀਰਤਨ, ਗੁਰੂ ਦੇ ਹੁਕਮ (ਭਾਣੇ) ਵਿਚ ਜੀਵਨ ਜੀਉਣ ਨਾਲ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

* *ਜਪ ਤਪ ਸੰਜਮ ਕਰਮ ਧਰਮ, ਹਰਿ ਕੀਰਤਨੁ ਜਨਿ ਗਾਇਓ।।* (ਪੰਨਾ 498)।

ਜਪ ਤਪ ਸੰਜਮ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਕਰਮ ਧਰਮ ਉਸ ਸਿਖ ਸੇਵਕ ਦੇ ਪੂਰੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਜਿਸਨੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਕੀਰਤਨ ਗਾਇਆ ਹੈ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਮਨ ਵਿਚ ਵਸਾਈ ਹੈ।

* ਜਪੁ ਤਪੁ ਸੰਜਮੁ, ਭਾਣਾ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦਾ ਕਰਮੀ ਪਲੈ ਪਾਇ।। (ਪੰਨਾ 88)।

ਉਸ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਸਾਰੇ ਜਪ ਤਪ ਸੰਜਮ ਦਾ ਫਲ ਮਿਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਤਿਗੁਰੂ ਦੇ ਭਾਣੇ (ਹੁਕਮ) ਵਿਚ ਚਲਦਾ ਹੈ।

* ਜਪ ਤਪ ਤੀਰਥ ਸੰਜਮ ਕਰੇ, ਮੇਰੇ ਪ੍ਰਭ ਭਾਇਆ।। (ਪੰਨਾ 1244)।

ਉਸ ਸੇਵਕ ਨੇ ਸਾਰੇ ਜਪ ਤਪ ਤੀਰਥ ਇਸ਼ਨਾਨ ਦਾ ਫਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰ ਲਿਆ ਜੋ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ ਪਿਆਰਾ ਲਗਦਾ ਹੈ (ਉਸ ਦੇ ਭਾਣੇ ਵਿਚ ਚਲਦਾ ਹੈ)।

(ਅ) ਕਿਸੇ ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਬਾਰ ਬਾਰ ਰਸਨਾ ਨਾਲ ਕਹਿਣਾ ਗੁਰਮਤਿ ਸਿਮਰਨ ਨਹੀਂ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ।

* ਮੁਖਹੁ ਹਰਿ ਹਰਿ ਸਭੁ ਕੋ ਕਰੈ ਵਿਰਲੈ ਹਿਰਦੈ ਵਸਾਇਆ।। ਨਾਨਕ ਜਿਨ ਕੈ ਹਿਰਦੈ ਵਸਿਆ ਮੋਖ ਮੁਕਤਿ ਤਿਨ੍ਹ ਪਾਇਆ।। (ਪੰਨਾ 565)

* ਰਸਨਾ ਨਾਮੁ ਸਭੁ ਕੋਈ ਕਹੈ।। ਸਤਿਗੁਰ ਸੇਵੇ ਤਾਂ ਨਾਮੁ ਲਹੈ।। (ਪੰਨਾ 1262)।

ਭਾਵ ਜਿਹਬਾ ਜਾਪ ਕਰਕੇ ਨਹੀਂ, ਸੇਵਾ ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ ਹੀ ਨਾਮ ਦੀ ਪ੍ਰਾਪਤੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਇਹ ਮੰਨ ਭੀ ਲਿਆ ਜਾਵੇ ਕਿ 'ਜਾਪ' ਦੇ ਅਰਥ ਗੁਰਮੰਤ੍ਰ (ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਸ਼ਬਦ) ਨੂੰ ਬਾਰ ਬਾਰ ਬੋਲਕੇ ਜਾਂ ਸੁਰਤੀ ਨਾਲ ਧਿਆਨ ਟਿਕਾ ਕੇ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਤਾਂ ਹੇਠ

ਲਿਖੀਆਂ ਪੰਕਤੀਆਂ ਦੇ ਭਾਵ ਅਰਥ ਕਰਨੇ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ।

* *ਨਾਨਕ ਜਪਿ ਜਪਿ ਜੀਵੈ ਹਰਿ ਕੇ ਚਰਨ॥* (ਪੰਨਾ 268)
* *ਐਸਾ ਗਿਆਨੁ ਜਪਹੁ ਮਨ ਮੇਰੇ॥ ਹੋਵਹੁ ਚਾਕਰ ਸਾਚੇ ਕੇਰੇ॥* (ਪੰਨਾ 728)

ਹਰੀ ਦੇ ਚਰਨਾ ਨੂੰ ਅਤੇ ਗਿਆਨ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਜਪਣਾ ਹੈ? ਠੀਕ ਅਰਥ ਇਹੀ ਬਣਦੇ ਹਨ ਕਿ ਮਨ ਵਿਚ ਇਹ ਵਿਚਾਰ ਦ੍ਰਿੜ ਕਰੇ ਕਿ ਸਚੇ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਸੇਵਕ ਬਨਣਾ ਅਤੇ ਉਸ ਦੇ ਹੁਕਮ ਵਿਚ ਚਲਣਾ ਨਾਮ ਜਪਣਾ ਹੀ ਹੈ।

ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹੋਰ ਵੀਚਾਰੋ, ਨਾਉ ਦੀ ਪੂਜਾ ਕਿਵੇਂ ਕਰਾਂਗੇ?

* *ਨਾਉ ਪੂਜੀਐ, ਨਾਉ ਮੰਨੀਐ, ਅਖੰਡ ਸਦਾ ਸਚੁ ਹੋਇ॥* (ਪੰਨਾ 87)

ਨਾ ਹੀ ਅਸੀਂ ਸਾਸ ਗਿਰਾਸ ਜਾਪ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਗੁਰਬਾਣੀ ਸਾਨੂੰ ਕਰਨ ਨੂੰ ਕਹਿੰਦੀ ਹੈ।

* *ਸਾਸਿ ਗਿਰਾਸਿ ਜਪਹੁ ਜਪੁ ਰਸਨਾ ਨੀਤ ਨੀਤ ਗੁਣ ਗਾਈਐ॥* (ਪੰਨਾ 382)।

ਜਦੋਂ ਮੂੰਹ ਵਿਚ ਗਿਰਾਹੀ ਪਾਈ ਜਾਵੇਗੀ ਉਸ ਵੇਲੇ ਕੋਈ ਸ਼ਬਦ ਬੋਲਿਆ ਹੀ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਨਾਮ ਕਿਵੇਂ ਸਾਸ ਗ੍ਰਿਾਸ ਜਾਪਿਆ ਜਾਵੇਗਾ?

* *ਮਨ ਬਚ ਕ੍ਰਮ ਪ੍ਰਭੁ ਏਕੁ ਧਿਆਏ॥* (ਪੰਨਾ 760)

ਕਰਮਾਂ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਜਾਪ ਹੋ ਸਕੇਗਾ?

ਧਿਆਉਣ ਦਾ, ਸਿਮਰਨ ਦਾ, ਜਾਪ ਦਾ ਗੁਰਮਤਿ ਸਿੱਧਾਂਤ ਅਨੁਸਾਰ ਅਰਥ ਇਹੋ ਬਣਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਭੂ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਗੁਣ ਗਾਉਣਾ, ਨਾਮ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਪਾਉਣਾ ਅਤੇ ਹਉਮੈ, ਕ੍ਰੋਧ ਕੱਢ ਕੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਕਰਮ ਕਰਨੇ ਹਨ। ਯੋਗੀਆਂ ਵਾਂਗ ਕਿਸੇ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਜਾਪ ਜਾ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਬੋਲਣਾ ਗੁਰਮਤਿ ਸਿੱਧਾਂਤ ਨਹੀਂ।

12. ਸਿੱਟਾ

ਅੰਤ ਇਸ ਸਾਰੀ ਵਿਚਾਰ ਤੋਂ ਇਹ ਸਿੱਟਾ ਨਹੀਂ ਕਢ ਲੈਣਾ ਕਿ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲੇ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸਮੇਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਜਾਪ/ਸਿਮਰਨ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ। ਇਹ ਤਾਂ ਹਰ ਸਿੱਖ ਦਾ, ਜਿਵੇਂ ਮੁੱਢ ਵਿਚ ਹੀ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਮੁਖ ਕਰਮ ਹੈ। ਇਸ ਲੇਖ ਰਾਹੀਂ ਇਹ ਦੱਸਣ ਦਾ ਯਤਨ ਹੈ ਕਿ ਗੁਰਮਤਿ ਸਿਰਮਨ ਦਾ ਸਿੱਧਾਂਤ ਸਮਝ ਲੈਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਇਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਇਹ ਜੋਗੀਆਂ ਵਾਲਾ ਜਾਪ ਜਾਂ ਪੁਰਾਤਨ ਗੁਰਮੰਤ੍ਰ ਜਾਪ ਵਾਲਾ ਕਰਮਕਾਂਡ ਬਣ ਜਾਵੇਗਾ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਈ ਸਿੱਖ ਪ੍ਰਚਾਰਕ ਸਾਨੂੰ ਕੁੱਝ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਦੱਸ ਰਹੇ ਹਨ।

ਕੀਰਤਨ ਕਰਨਾ, ਬਾਣੀ ਪੜਨਾ ਤੇ ਵੀਚਾਰਨਾ ਇਹ ਸਾਰੇ ਕਰਮ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਪ੍ਰੀਤ ਵਧਾਉਣ ਦੇ ਉਦਮ ਹਨ ਤੇ ਇਹ ਵੀ ਗੁਰਮਤਿ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਹਨ। ਇਸ ਗੁਰਮਤਿ ਮਰਿਯਾਦਾ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦੇ ਦੀਵਾਨ, ਜਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜਾਪ ਦੇ ਕੀਰਤਨ ਦੀ ਨਵੀਂ ਪਰਪਾਟੀ ਜੋਗੀਆਂ ਵਾਲੇ ਕਰਮਕਾਂਡ ਵੱਲ ਨੂੰ ਮੋੜਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਤੋਂ ਸਿੱਖਾਂ ਨੂੰ ਸੁਚੇਤ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਮਿਸ਼ਨ, ਪਟਿਆਲਾ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਅਧੀਨ ਚਲ ਰਹੇ ਟਰੱਸਟਾਂ ਦਾ ਕਾਰਜ ਖੇਤਰ

1. *ਅਕਾਲੀ ਫੂਲਾ ਸਿੰਘ ਯਾਦਗਾਰੀ ਟਰੱਸਟ*

ਹਰ ਸਾਲ ਸਿੱਖ ਗੁਰੂ ਸਾਹਿਬਾਨ, ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ, ਸਿੱਖ ਧਰਮ, ਸਿੱਖ ਨੈਤਿਕਤਾ, ਸਿੱਖ ਇਤਿਹਾਸ ਤੇ ਸਭਿਆਚਾਰ ਬਾਰੇ ਪਿਛਲੇ ਸਾਲ ਵਿਚ ਛੱਪੀ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧੀਆ ਪੁਸਤਕ ਨੂੰ 6100/- ਦਾ ਇਨਾਮ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

2. *ਡਾ. ਗੰਡਾ ਸਿੰਘ ਯਾਦਗਾਰੀ ਟਰੱਸਟ*

ਵਾਰਸ਼ਕ ਖੋਜ-ਪੱਤਰ ਪ੍ਰਤਿਯੋਗਤਾ ਵਿਚ ਪਹਿਲੇ, ਦੂਜੇ ਤੇ ਤੀਜੇ ਸਥਾਨ ਉਪਰ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਖੋਜ-ਪੱਤਰਾ ਨੂੰ ਕ੍ਰਮਵਾਰ 2100/-,1500/- ਤੇ 1000/- ਰੁਪਏ ਦਾ ਇਨਾਮ ਤੇ ਹੋਰ ਕਈ ਉਤਸ਼ਾਹ ਦਵਾਊ ਇਨਾਮ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

3. *ਮਦਰ ਆਫ਼ ਖਾਲਸਾ ਯਾਦਗਾਰੀ ਟਰੱਸਟ*

ਹਰ ਸਾਲ ਕਾਲਜ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਭਾਰਤ ਪੱਧਰ ਤੇ ਗੁਰਮਤਿ ਦਾ ਇਮਤਿਹਾਨ ਲੈ ਕੇ ਹਰ ਜੋਨ ਵਿਚੋਂ ਪ੍ਰਥਮ ਤਿੰਨ ਸਥਾਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇਨਾਮ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਇਮਤਿਹਾਨ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਟੱਡੀ ਸਰਕਲ ਲੁਧਿਆਣਾ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਆਯੋਜਿਤ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

4. *ਗਿਆਨੀ ਕਰਤਾਰ ਸਿੰਘ ਯਾਦਗਾਰੀ ਟਰੱਸਟ ਅਤੇ ਗਿਆਨੀ ਦਿੱਤ ਸਿੰਘ ਯਾਦਗਾਰੀ ਟਰੱਸਟ*

ਇਨ੍ਹਾਂ ਵਲੋਂ ਵਿਭਿੰਨ ਸਥਾਨਾਂ ਉਪਰ ਕ੍ਰਮਵਾਰ ਵਕਤਾ ਤੇ ਲੇਖਕ ਕਾਰਜਸ਼ਾਲਾ ਲਗਾ ਕੇ ਨੌਜੁਆਨਾਂ ਨੂੰ ਸਿਖਲਾਈ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਯੋਜਨ ਵੀ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਟੱਡੀ ਸਰਕਲ ਲੁਧਿਆਣਾ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

5. *ਭਗਤ ਲਛਮਣ ਸਿੰਘ ਯਾਦਗਾਰੀ ਟਰੱਸਟ*

ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਟੱਡੀ ਸਰਕਲ, ਲੁਧਿਆਣਾ ਰਾਹੀਂ ਵਿਭਿੰਨ ਕਾਲਜਾਂ ਤੇ ਸਕੂਲਾਂ ਵਿਚ ਵਿਦਵਾਨਾਂ ਵਲੋਂ ਗੁਰਮਤਿ ਅਥਵਾ ਗੁਰ-ਇਤਿਹਾਸ ਦੇ ਵਿਸ਼ਿਆਂ ਉਤੇ ਭਾਸ਼ਨ ਕਰਵਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

6. *ਸ. ਨਰੈਣ ਸਿੰਘ ਯਾਦਗਾਰੀ ਟਰੱਸਟ*

ਸਕੂਲ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਵਜ਼ੀਫੇ ਅਤੇ ਗੁਰਮਤਿ ਕਾਲਜ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਇਨਾਮ ਦਿੱਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਮਿਸ਼ਨ ਵਲੋਂ ਛਾਪੇ ਗਏ ਕੁੱਝ ਟ੍ਰੈਕਟ

ਲੜੀ ਨੰ:	ਟ੍ਰੈਕਟ ਦਾ ਨਾਮ	ਕੀਮਤ
441	Five Gifts of the Gurus.	4.00
451	ਗੁਰਮਤਿ ਰਹੱਸਵਾਦ ਦਾ ਨਿਵੇਕਲਾ ਅਸਤਿਤਵ	4.00
452	ਵਿਦਿਆ ਦਾ ਖਾਲਸਾਈ ਸਿੱਧਾਂਤ	4.00
458	ਗੁਰਬਾਣੀ ਦਾ ਵਿਰਸਾ-ਜ਼ਮੀਰ ਦੀ ਆਜ਼ਾਦੀ	5.00
460	Human Hair And Modern Science	6.00
461	ਗੁਰਮਤਿ ਵਿਚ ਅਧਿਆਤਮਕ ਅਤੇ ਦੁਨਿਆਵੀ ਖੇਤਰ ਵਿਚ ਕਾਰਜ ਦੀ ਸੁਤੰਤਰਤਾ	6.00
462	ਗੁਰਮਤਿ ਵਿੱਚ ਤਖਤਾਂ ਦੀ ਮਹਾਨਤਾ	6.00
465	ਗੁਰਬਾਣੀ ਪਾਠ ਕਿਵੇਂ ਕਰੀਏ?	4.00
466	Why Am I a Sikh	2.00
467	ਬਾਣੀ ਨਾਮਦੇਵ ਜੀ	8.00
468	ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਆਦਰਸ਼-ਮਨੁੱਖ – ਬ੍ਰਹਮ ਗਿਆਨੀ	5.00
469	ਪੰਜਾਬੀ ਸਭਿਆਚਾਰ ਦਾ ਵਿਸ਼ਵ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ	8.00
470	ਭਗਤ ਕਬੀਰ	9.00
478	ਸਿੱਖ ਸੱਭਿਆਚਾਰ-'ਸ' ਸੱਭਿਆਚਾਰ	6.00
479	1699 ਦੀ ਵਿਸਾਖੀ	10.00
480	The Vision of Gursikh (The Disciple of the Guru) In Gurbani	8.00
481	ਭਾਈ ਮੱਖਣ ਸ਼ਾਹ ਲੁਬਾਣਾ	6.00
483	ਸ਼ਹੀਦੀ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਤੇ ਸਿੱਖ ਜੀਵਨ ਜਾਚ	4.00
484	Permanent Peace	
485, 486	ਸਿੱਖੀ ਸਿੱਖਿਆ ਗੁਰ ਵੀਚਾਰ	10.00
487	ਜਥੇਦਾਰ ਅੱਛਰ ਸਿੰਘ	6.00
488	ਦਸਮ ਗ੍ਰੰਥ-ਸੰਖੇਪ ਨਿਰੀਖਣ	6.00
489	ਸਿੱਖ-ਨਾਮ ਕੋਸ਼	6.00
497	ਗੁਰਮਤਿ ਸੰਪੂਰਨ ਜੀਵਨ ਦਾ ਮਾਰਗ (ਸ. ਸੁਖਦੇਵ ਸਿੰਘ ਸ਼ਾਂਤ)	6.00
498	ਨਾਮ ਅੰਮ੍ਰਿਤ – ਖੰਡੇ ਦਾ ਅੰਮ੍ਰਿਤ	6.00
499	ਗੁਰਮਤਿ-ਸੰਪੂਰਨ ਜੀਵਨ ਦਾ ਮਾਰਗ (ਡਾ. ਇੰਦਰਜੀਤ ਸਿੰਘ ਵਾਸੂ)	8.00